

QSCURE 卒煙 コラム

子どもへのたばこの影響

..... 今月のコラム CHECK 

- ・喫煙者の家庭で育つ子どもたちには受動喫煙の影響が見られる
- ・子どもの受動喫煙は**喘息、気管支炎、中耳炎**などの危険因子
- ・その対策では不十分？ **三次喫煙**の影響

.....

たばこ煙は子どもにどれくらい影響があるのでしょうか？
今回はたばこ煙が及ぼす子どもたちへの影響について
一緒に考えていきましょう！

✓ 子どもの尿からニコチンが検出される！？

千葉市では受動喫煙の状況を正しく理解するために、令和 1～3 年度まで小学 4 年生を対象に尿中コチニン値（※A）の測定を実施しました。その結果、**受動喫煙への注意喚起が必要な基準値（※B）を上回る児童の 9 割以上に喫煙する同居者がいる**ことがわかりました。^[1]

喫煙者がいる家庭で育つ子どもたちはほぼ確実に受動喫煙の影響を受けていると考えられるこの結果、みなさんはどう思いますか？



※A たばこの煙を吸い込むことで体の中に入ったニコチンは、コチニンという物質になって尿から排泄されます。ニコチンは、心拍数の増加、末梢血管の収縮、血圧の上昇を起し、血管を損傷させます。^[2]

※B 千葉市の設定した「受動喫煙の注意喚起が必要な基準値」1mL あたり 5ng/mL。

✓ 子どもの受動喫煙と三次喫煙

子どもにとってたばこの煙は、**喘息、気管支炎、中耳炎などの危険因子**として報告されています。^[3] また、免疫力が低下し**風邪をひきやすく、治りにくくなります。**

これらの受動喫煙の影響は、子どもの前でたばこを吸わなければ大丈夫と**誤解**されることも多いです。しかし、たばこの有害物質は喫煙者の髪の毛や洋服、肌にも付着してしまいます。また換気扇をつけたり家の外でたばこを吸うようにしても、喫煙後に吐いた息などが室内の空気中に滞留します。^[4] 知らず知らずのうちに子どもたちは、長時間にわたって受動喫煙の影響を受けます。これを**三次喫煙**^[5]と呼びます。

子どもたちや家族に向けて、受動喫煙だけでなく三次喫煙の影響も回避するために何かできるか、社会全体で考えていきたいですね。



未来を担う子どもたちのために、**卒煙のプレゼント**をしてみませんか？

子どものために禁煙したい、というお気持ちを asure 卒煙プログラムは応援します！このプログラムでは、一人ひとりの状態や悩みに応じた的確な禁煙支援を行います。詳細は、ご加入の健康保険組合様までお問い合わせください。

参考文献

[1] 千葉市 HP、保健福祉局健康福祉部健康推進課、児童の尿中コチニン値測定モデル事業
<https://www.city.chiba.jp/hokenfukushi/kenkofukushi/suishin/04nyoutyuuucotinine.html>

[2] Törmänen S, Lauhkonen E, Riikonen R, et al. Risk factors for asthma after infant bronchiolitis. Allergy. 2018;73(4):916-922. doi:10.1111/all.13347

[3] DiFranza JR, Aligne CA, Weitzman M. Prenatal and postnatal environmental tobacco smoke exposure and children's health. Pediatrics. 2004;113(4 Suppl):1007-1015.

[4] e-ヘルスネット HP

<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/dictionary/tobacco/yt-057.html>

[5]

Johansson A, Hermansson G, Ludvigsson J. How should parents protect their children from environmental tobacco-smoke exposure in the home?. *Pediatrics*. 2004;113(4):e291-e295. doi:10.1542/peds.113.4.e291