

喫煙

たばこの害の情報提供

『たばこの害』

2021年1月19日

【概要】

たばこの害としてよく知られているのはニコチンやタールによるものですが、たばこに含まれる有害物質はそれだけではありません。また、たばこは吸っている本人だけでなく、周囲の人に健康被害を及ぼす受動喫煙の問題も大きくあります。そこで今回は、煙に含まれる有害物質の種類やニコチンの依存性、禁煙方法など、喫煙者本人だけでなく周囲の人の健康も考慮した情報を提供しました。

【資料(一部抜粋)】

タバコの危険物質は、ニコチン、タールだけじゃない

体に有害な物質は200種類以上！

タバコに含まれる科学物質（海外データ）

化学物質	これらを含むものの例
アセトン	ペンキ除去剤
ブタン	ライター用燃料
ヒ素	アリ殺虫剤
カドミウム	カーバッテリー
一酸化炭素	排気ガス
トルエン	工業溶剤

タバコの煙には、5,300種類の化学物質が含まれています¹⁾。その中には、何と200種類以上の有害物質が含まれ、発がん性物質は50種類以上にのぼります！

有害物質のなかでも、よく知られているのは、ニコチン、タール、一酸化炭素です。

そのほかにも、ペンキ除去剤に使われるアセトンや、アリの駆除剤に含まれているヒ素、車のバッテリーに使われているカドミウムなど、体に大変有害な物質がタバコの煙に含まれています。

1) Rodgman, A. et al : The Chemical Components of Tobacco and Tobacco Smoke Second Edition.
Rodgman, A. Perfetti, T. A. editors. Boca Raton, FL: CRC Press, 2013;xxix- xciii.

Mackay, J. et al.: The Tobacco Atlas 2nd ed. American Cancer Society: 34, 2006より作図