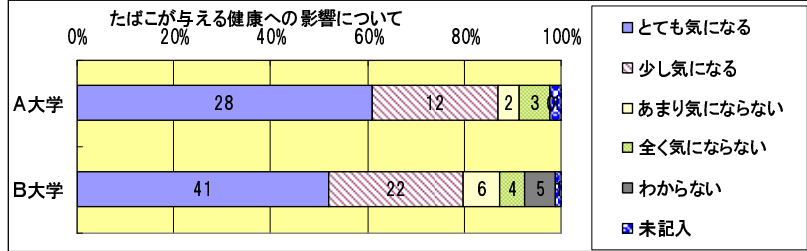


大学生のたばこに関する認識は...?!

★三郡山保健所ではH24・25年度に「5/31世界禁煙デー」の啓発イベントを管内にある大学にて行いました!! イベント時、協力の得られる大学生を対象に「たばこに関するアンケート」を実施。結果の一部は次のとおりでした。

対象：平成24年度 A大学：46人（18～22歳）喫煙率13.04%
平成25年度 B大学：80人（18～26歳）喫煙率26.25%

《質問：たばこがあなたの健康に与える影響についてどう思いますか?》

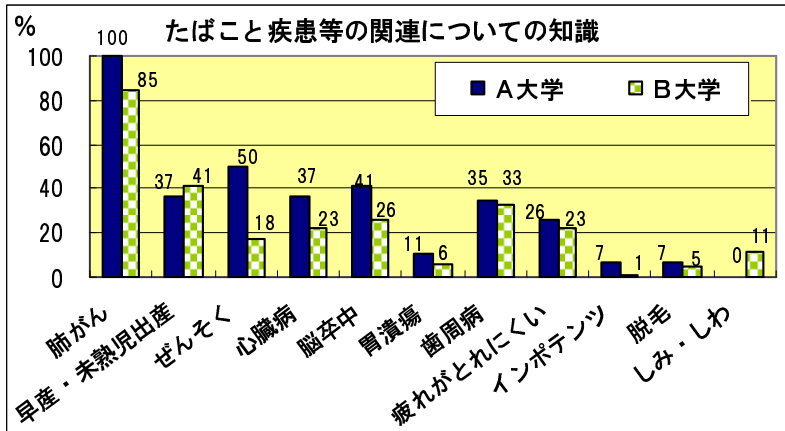


【左グラフの結果から...】

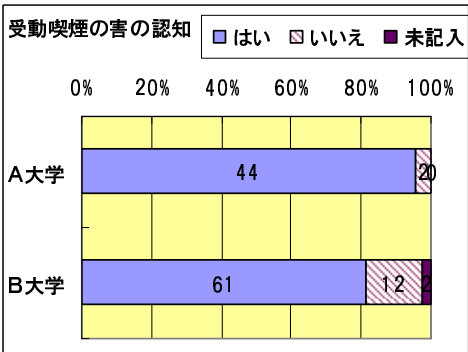
A, B大学とも、イベント時にアンケート協力が得られた分の結果にすぎませんが... 「たばこが健康に与える影響」については約8割の学生が「とても気になる」「少し気になる」と回答しています。しかし「たばこを吸うことでおこりやすくなるもの」については「肺がん」をあげる学生が突出して多く、「その他の疾患等」については半数以下という低い結果でした。「受動喫煙の害を知っているか」について「はい」と回答した学生は8割以上ありました。(^^) 今どきの学生は「たばこは体に悪いもん」ってことは知っているようです。これも喫煙防止教育の成果ですね。ただ、喫煙することでどのような病気を、どのような症状を起こすかといった詳しい情報では「肺がん」以外はあまり認識しておらず、更なる普及啓発が必要と言えます。



《質問：たばこを吸うことでおこりやすくなるもの(すべて)はどれですか?》



《質問：自分がたばこを吸わなくても、他人のたばこを吸わされることで肺がんや心筋梗塞、歯周病などの病気になる可能性や早産・出産の率が高くなることを知っていますか? (受動喫煙の害)》



【喫煙による体への影響】

《呼吸器》

タバコの煙は呼吸を通して体内に取り込まれることから、肺や気管支などに大きなダメージを与えます。COPD、ぜんそくなどの呼吸器系疾患を引き起こします。

《血管》

ニコチンの作用で血管が収縮し、血圧が上がります。心臓に負担がかかります。また活性酸素などにより動脈硬化が促進され、高血圧、心臓病、脳卒中などのリスクが上がります。

《感染症》

気管支粘膜が傷つけられるうえに免疫力が低下し、かぜやインフルエンザなどにかかりやすく、重症化しやすくなります。

《ED(勃起障害)》

非喫煙者と比べて、喫煙者はEDになりやすいというデータがあります。これもニコチンが血流を悪くすることに関係します。

《学業や仕事への影響》

脳の酸素供給量や血流量が減り勉強や仕事の能率が下がります。ニコチン切れによりイライラしたり、何度も作業を中断したりすることも。

《胃腸》

タバコを吸うと、胃腸の粘膜の血流が悪くなるうえ、粘膜を傷つけ、胃潰瘍、十二指腸潰瘍が起こりやすくなります。

《がん》

ほとんどすべてのがんとの関連性がわかっています。

《歯》

血流が悪くなることにより歯ぐきが黒ずむほか、歯周病のリスクが高くなります。タールなどにより歯そのものも変色します。

《肌・髪の毛》

ニコチンや一酸化炭素の影響で毛細血管が収縮し血行が悪くなるため、健康な肌や髪の毛を保つための栄養が不足します。結果、肌の老化や薄毛が目立つようになりがちです。

【双子の表情で比較してみましょう!】
たばこを吸う人 たばこを吸わない人



H25年度から奈良県では【未成年者禁煙支援相談事業】を実施しています!!

● 県内の小学校から高等学校・特別支援学校に在籍する児童・生徒の禁煙相談 ● 受付窓口：県内の保健所 (対応医療機関への禁煙相談を調整します。)

- ・ 相談費用：初回相談費用は無料 (奈良県が負担します。)
- ただし、禁煙補助薬は自己負担になります。
- 2回目以降の相談は自己負担になります。

- ・ 相談の申し込み先：県内保健所
- ・ 申し込み：必ず学校からの申し込みが必要です。
- ・ 禁煙相談：保護者や学校の先生の同行が必要です。
- (学校での禁煙サポートについて助言があります。)

家庭と学校、保護者と先生による禁煙サポートをしていただき、児童や生徒を禁煙に導くシステムになっています!!

☆詳細についての問い合わせ先

奈良県郡山保健所母子・健康推進係
TEL: 0743-51-0196