

たばこの害についてはみなさん十分ご存知だと思います。しかし、なかなかやめられない方が多いことにより、たばこによる関連死は増加しています。

<全国の状況>

喫煙による年間死亡者数は約13万人

受動喫煙による年間死亡者数は6,800人(肺がん、虚血性心疾患のみ)



◆八雲町の肺がんの標準化死亡比は男性106.4、女性101.1と全国に比べて高い状況にあります。(100以上だと高い)

がん死亡の約20~27%は喫煙が原因であり、喫煙していなければがんによる死亡のリスクを低下することができます。

たばこ関連疾患の多くは、喫煙を開始してから20~30年かかって発症し死に至るので、現在の死亡の状況は過去の喫煙の状況を反映していることとなります。



* 八雲町の妊婦の喫煙率は12.6%と全国の5%、全道の10.1%に比べても高い状況です。

妊婦の喫煙により胎児の低体重、早産、流産が危惧されます。また、母親が喫煙していると、子供の喫煙率も高くなると言われています。

北海道全体の高校3年生をアンケート調査したところ、たばこを吸ったことがある人は23%と全国の男子8.6%、女子3.8%に比べると断然多く、八雲町に於いても同様の傾向があると考えられます。

★喫煙が習慣化すると簡単にはやめられなくなります。

タバコの煙には、4,000種類以上もの化学物質が含まれています。

そのうち、発がん性物質は、なんと60種類。また、ニコチンは、麻薬にも劣らない依存性をもつ薬物なのです。

**今からタバコをやめても決して遅くはありません。
大切な家族のためタバコを吸わない人生を選択してみませんか。**

* 禁煙治療について

健康保険等を使った禁煙治療では、12週間で5回の診察を受けます。診察に行くと、はじめに喫煙状況などから健康保険等で治療が受けられるかをチェックします。毎回の診察では、禁煙補助薬の処方を受けるほか、息に含まれる一酸化炭素(たばこに含まれる有害物質)の濃度を測定したり、禁煙状況に応じて医師のアドバイスを受けることができます。「お医者さんと禁煙」することで、楽に禁煙をすることができますよ。いかがですか?



問い合わせ先

- ・保健福祉課健康推進係(シルバープラザ内) ☎0137-64-2111
- ・熊石総合支所住民サービス課保健福祉係 ☎01398-2-3111