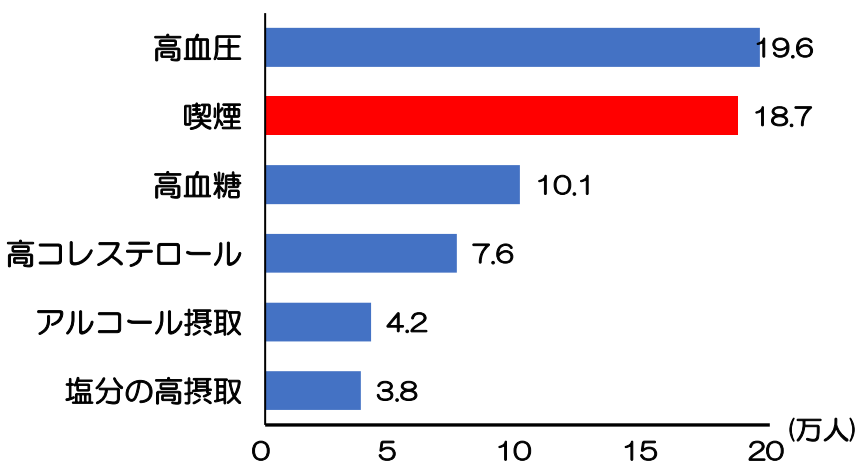


たばこと健康の関係を 知っていますか？

たばこの煙には、5,300種類以上の化学物質が存在し、その中の70種類以上の物質に発がん性物質が含まれています。

たばこに関係する死亡者は**18.7**万人

リスク要因別の関連死亡者数



※厚生労働省

令和4年版厚生労働白書－社会保障を支える人材の確保 図表8-4-2 より

・たばこは肺がんに限らず多くのがんの原因になり、脳卒中や心臓病などの循環器疾患、糖尿病や慢性疾患腎不全など、多くの病気のリスクを増やします。

・日本では、喫煙に関連した疾患によって、年間約18.7万人が死亡していると推測されています。

今増えている

COPD (慢性閉塞性肺疾患) とは？

COPDは、たばこなどに含まれる有害化学物質を長年吸い込むことで、気管支に慢性的な炎症が生じたり、肺胞が少しずつ破壊されたりして呼吸機能が低下していく肺の病気です。

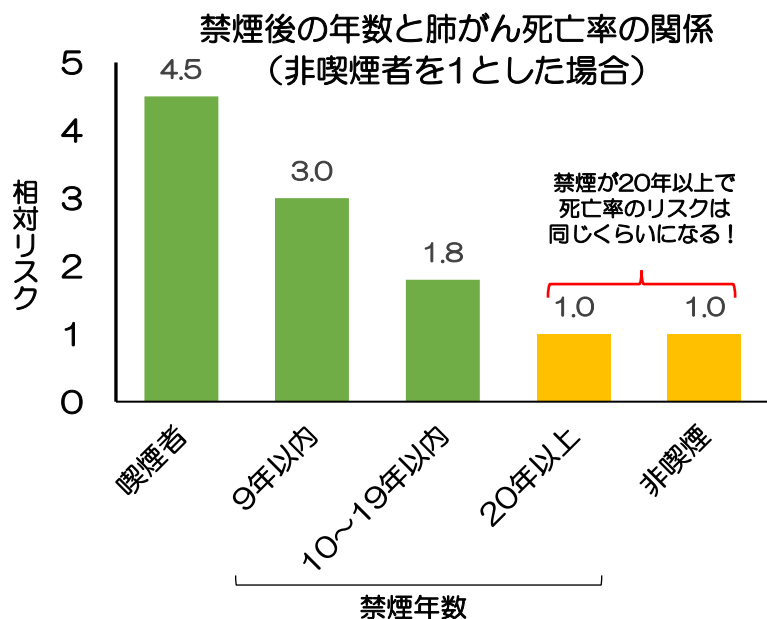
このような症状はありませんか？(COPDの症状)



COPDの主な原因はタバコです。

COPDにならないためにも、症状を悪化させないためにも、たばこを吸わないことが大切です。

たばこに関連する 病気の予防は禁煙が大事！



・禁煙を始めるのに遅すぎる
ということはありません。

・たばこをやめると、やめて
からの年数が長くなるほど肺
がんのリスクは減少するこ
とが明らかになっています。

・現在喫煙している人も、た
ばこを早くやめるほど大きな
効果が期待できます。



※日経Gooday 2019年11月28日掲載
Int J Cancer, 2002, 99(2):245-51

禁煙にTRYしませんか！ ご存知ですか？禁煙外来！



「何度、禁煙しようとして出来ないのは自分の意思が弱いから」と思っているかもしれません。しかし、**禁煙できないのはニコチン依存症という病気のため、意思だけの問題ではありません。**

禁煙外来は、たばこをやめたい人のために設けられた専門外来で、ニコチン依存症の方に対し、必要な治療を行います。一定の基準を満たす場合は健康保険が適応されます。

奈良県内にも多くの禁煙外来がありますので、ぜひお問い合わせください。
川西町保健センターでも禁煙についてのご相談をお受けしてますので、ぜひご連絡ください。

↓ 詳しい情報は下記QRコードより各ホームページをご参照ください



「禁煙外来」一覧



「禁煙治療って
どんなもの」

禁煙に関する相談・
お問い合わせ

川西町保健センター
0745-43-1900

