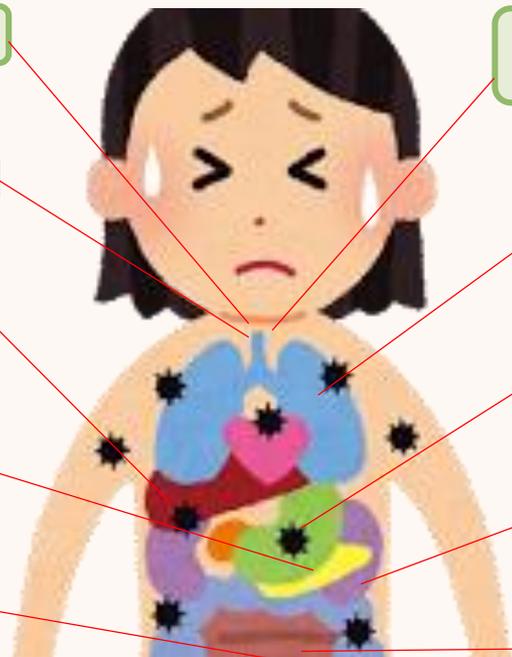


吸うほどに縮む。たばこも、命も。

たばこの悪影響を受けるのは喫煙者本人だけではなくありません！その煙は、たばこを吸わない周囲の人々の健康にも大きなダメージを与えます。

喫煙とがんの関連性



喉頭がん

男：5.5倍
女：-

食道がん

男：3.4倍
女：1.9倍

肝臓がん

男：1.8倍
女：1.7倍

膵臓がん

男：1.6倍
女：1.8倍

尿路(膀胱・腎盂・尿管)

男：5.4倍
女：1.9倍

口唇・口腔・咽頭がん

男：2.7倍
女：2.0倍

肺がん

男：4.8倍
女：3.9倍

胃がん

男：1.5倍
女：1.2倍

腎臓がん

男：1.6倍
女：0.6倍

子宮頸がん

女：2.3倍

喫煙とがん死亡についての相対リスク

(非喫煙者を1として、喫煙者のがんリスクが何倍になるかを示す指標)

出典：国立がん研究センターがん対策情報センター

周りの人にも悪影響！受動喫煙の害！

他人のたばこの煙を吸うことで、がんになる可能性があります！



副流煙にも、発がん性のある化学物質が！！

子どもへの影響も大！

受動喫煙によって引き起こされる体への害

- 肺がん ● 急性心筋梗塞などの虚血性心疾患
- 低出生体重児 ● 喘息発作の誘発 など

年間約1万5千人！

受動喫煙による死亡者数の推計

受動喫煙による肺がん、虚血性心疾患および脳卒中による死亡者数は、年間約1万5千人。

出典：厚生労働省「たばこ白書」2016

今すぐ実践！禁煙のメリット

禁煙開始から…

20分後

血圧と脈拍が正常値に

24時間後

心臓発作の可能性が少なくなる

数日後

味覚や嗅覚が改善

2週間後～

心臓や血管などの循環機能が改善

1か月後～

咳や痰などの呼吸器症状が改善

1年後

肺機能が改善

5年後

肺がんのリスクが明らかに低下



禁煙は、年齢や性別に関係なく、長く続けるほどがん予防の効果も大きくなります！

参考：イギリスタバコ白書「Smoking Kills」,1988/IARC がん予防ハンドブック11巻,2007