

5月31日 世界禁煙デー

未成年はどうして
たばこも吸っちゃいけないの？

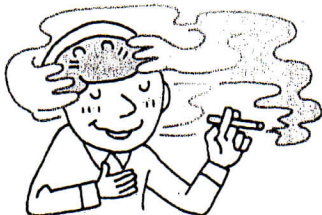
たばこをやめられなくなりやすい

若いうちからたばこを吸い始めると、
重度の「ニコチン依存症」になりやすく、
禁煙が難しくなります。

ニコチン依存症って？

ニコチンとは…たばこの煙に含まれ、
たばこをやめたくてもやめられない「依存症」になる原因。

たばこを吸ってニコチンで
きもちよくなる



ニコチンが足りなくなると、
イライラしたり集中力が落ちたりする（禁断症状）



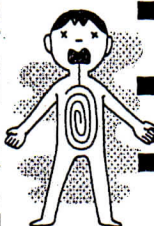
たばこが「がん」の原因になる理由

60種類以上の発がん性物質が含まれる
たばこの煙。関係するがんは、

口腔・鼻咽頭・副鼻腔・喉頭・肺・食道・
胃・膀胱・大腸・肝臓・腎臓・尿管・膀胱・
子宮頸部・卵巣・骨髄性白血病 など

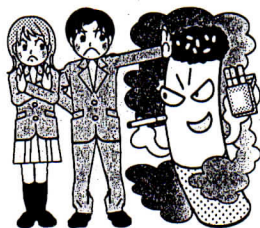
まさに全身です。

でも煙はどうやって全身を回るの？



- 吸い込んだ煙の通り道
(口・のど・肺)
- 唾液などに溶けて通る道
(食道・胃などの消化管)
- 血液の中に取り込まれて、
通る道
(血液・肝臓・腎臓などの尿路)

なるほど、納得。
たばこの煙と害はからだを回る！



病気や死亡の確率が高くなる

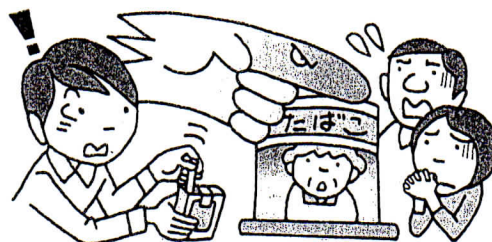
たとえば肺がんの死亡率は、未成年で
喫煙を始めた人のほうが、成人してから
たばこを吸っている人よりも高いです。
非喫煙者と比べると、およそ5.5倍。

からだが酸欠状態に…

酸素がからだや脳にいきわたらなくなり、
成長に影響が出たり、スポーツや勉強で力を発揮できなくなったりします。

法律で禁止されている

「未成年者喫煙禁止法」で禁止されているのは知っていますね。周りの大人…
たばこを売った人や、自分のお父さん・
お母さんなどが罰されることがあります。



「1本吸ってみなよ」と言われたら、思い出して。本当に、吸いたいですか？