

喫煙の健康リスクと 「たばこは3,000万の損」

知ってトクする 職域がん対策— vol.5



喫煙による経済損失は国内で年間2兆円を超えるとされますが、個人の懐にも大きなダメージを与えます。1箱600円のセブンスターを毎日1箱吸い続けると、年間約22万円もかかります。

たばこを吸う人は吸わない人よりも10年近く寿命が短くなります。日本人の平均寿命は84歳くらいですが、20歳から74歳までたばこを吸うとすれば、1,200万円近くの出費になります。もちろん、もっと長生きをすれば、出費はさらにかさみます。さらに、たばこ税が段階的に引き上げられることも間違いありません。

寿命が短縮しますから、年金の受給総額も喫煙者では減ります。会社員の場合、厚生年金と国民年金を合わせた平均受給額は月15万円程度です。たばこと引き換えに、10年間にもらい損ねる年金は、1,800万円にも上ります。



お金の問題はさておき、家族への健康被害も甚大です。受動喫煙は肺がんを3割も増やすことが分かっています。たばこを吸わない女性の肺がんが一番多いのは「腺がん」というタイプです。たばこを吸わない妻の肺腺がんのリスクは、夫が喫煙者だと2倍にもなることが分かっています。非喫煙女性の肺腺がんの原因の37%は夫からの受動喫煙とされていますから、大問題。

国立がん研究センターの調査によると、独身者の約半数が「結婚する場合、相手は絶対たばこを吸わない人が良い」と答えています。「できれば吸わない人が良い」と答えた人も合わせると、およそ7割が結婚相手にはたばこを吸わない人を希望していることがわかりました。

「受動喫煙」による家族への健康被害とは

受動喫煙 …肺がんを **3割増やす**

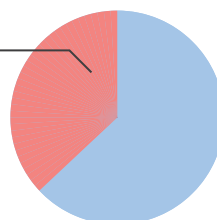
→ 夫が喫煙者である非喫煙者の妻の肺腺がんリスクは **2倍** に。



非喫煙女性の肺腺がんの原因

夫からの受動喫煙

37%



喫煙者が結婚相手として嫌われるのは、たばこの臭いが嫌いといった生理的な理由のほか、受動喫煙による健康被害が広く知られるようになったことも大きいと思います。しかし、私の経験でも、妻が肺がんになった後も、たばこを吸い続ける身勝手な夫は珍しくありません。喫煙は自分だけの問題ではすまないのです。

さて、若い世代を中心に、加熱式たばこへのシフトが進んでおり、日本は加熱式たばこの世界最大の市場です。

葉たばこを燃やさずに加熱することで、ニコチンを含む蒸気を発生させます。煙が出ないため、臭いが少ないのが特徴です。

しかし、その蒸気にはアセトアルデヒドなどの発がん物質や依存症の原因となるニコチンなどが含まれています。吐く息からの受動喫煙は加熱式でも存在します。

世界保健機関(WHO)も、紙巻きたばこと同じ規制が必要との見解を示しています。がんが発見できるサイズになるには20年かかりますから、現時点では、加熱式の危険性を評価できないからです。

このため、シンガポール、タイ、インドをはじめ、多くの国で加熱式たばこは禁止されています。日本から加熱式たばこを持ち込むと没収されてしまいます。

リスク評価ができないなか、たばこ会社があたかも、加熱式たばこは、紙巻きたばこよりリスクが低いという宣伝をしていることが大きな理由かと思います。しかし、日本では、カラオケルームで加熱式たばこが吸えます。そもそも、日本は世界最大の加熱式たばこ市場です。日本人のヘルスリテラシーの低さを狙い撃ちされているように感じます。

若者に広がる“加熱式たばこ”とは

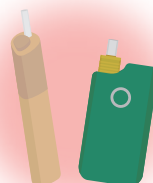
日本は **世界最大の加熱式たばこ市場**。

煙が出ず臭いは少ないものの、**発がん物質やニコチンを含む蒸気**が出るため、吐く息を通じた受動喫煙のリスクは残っている。

紙巻きたばこ



加熱式たばこ



中川 恵一（がん対策推進企業アクション アドバイザリーボード議長）

東京大学大学院医学系研究科 総合放射線腫瘍学講座 特任教授、厚生労働省 がん検診のあり方に関する検討会構成員、がんの緩和ケアに係る部会座長、文部科学省がん教育のあり方に関する検討会委員など。

東京大学医学部医学科卒業後、東京大学医学部放射線医学教室専任講師、准教授を経て現職。緩和ケア診療部長、放射線治療部門長などを歴任。著作には「がんのひみつ」「コロナとがん」などがんに関する著書多数。日本経済新聞でコラム「がん社会を診る」を連載中。

YouTube

「オトナのがん教育」講座「教えて中川先生!がんって何?がんになっても働けますか?」

好評配信中!

