

新型たばこの落とし穴

～煙が出なくても害がある～

紙たばこから、
加熱式たばこに変えても、
心臓血管病のリスクは減りません。



◆ 新型たばことは？

新型たばこ

加熱式たばこと
電子たばこを含んだ呼び方

加熱式たばこ

たばこ葉やたばこ葉を用いた加工品を、電氣的に加熱し、エアロゾル(蒸気)化したニコチンと加熱によって発生した化学物質を吸入する製品。

電子たばこ

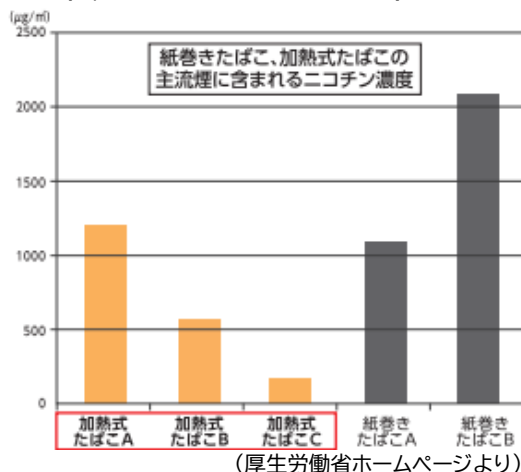
香料などを含むリキッド(溶液)を、電氣的に加熱し、発生するエアロゾルを吸入する製品。たばこ葉を使用していないため、電子たばこは「たばこ類似製品」とされており、たばこ事業法に規定されたたばこ製品には該当しません。

◆ 『加熱式たばこ』についてわかっていること

- ・主流煙には、紙たばこと同程度のニコチンを含む製品もあります。
- ・主流煙に含まれる主要な発がん物質の含有量は、紙たばこに比べれば少ないことがわかっています。
- ・加熱式たばこ喫煙時の室内におけるニコチン濃度は、紙たばこに比べれば低いことがわかっています。

◆ 『電子たばこ』についてわかっていること

- ・**発がん性物質**(ホルムアルデヒド、アセトアルデヒド)などを発生するものがあります。
- ・「ニコチンを含まない」と表示して販売している電子たばこのうち、**実際にはニコチンが含まれる製品が一部ある**こともわかっています。



紙たばこと新型たばこの両方を吸っている方、
両方ともやめられなくなっていますか？

裏面へ

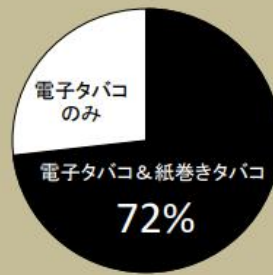
紙たばこと新型たばこの 両刀使い(デュアルユース)

- 紙たばこと新型たばこの両方を使用する
＝両刀使い(デュアルユース)をしていませんか？
- 自身の健康や周囲に気を遣って、新型たばこへ切り替えた結果、
両方ともやめられなくなっていますか？
- 近年、デュアルユーザーが増加中です。

両刀使い(デュアルユース)の喫煙者は、紙たばこだけの喫煙者よりも、呼吸器症状の発生リスクが倍増したという報告があります。

「新型たばこは害が少ない」という認識はまちがいです。

加熱式タバコあるいは電子タバコ使用者の72%は
紙巻きタバコも吸っている



Tabuchi T., et al. Heat-not-burn tobacco product use in Japan: its prevalence, predictors and perceived symptoms from exposure to secondhand heat-not-burn tobacco aerosol. Tob Control. 2017 Dec 16

引用:日本禁煙学会

http://www.jstc.or.jp/modules/information/index.php?content_id=300



これを機に禁煙に挑戦・再挑戦してみませんか？



若者の新型たばこにも注意

電子たばこのフレーバーは、フルーツ、キャンディ等があり、甘さやしゃれた香りがあるため、若者世代の関心をひき、使用につながってしまいがちです。



若者世代の電子たばこに関する研究では、次のことがわかっています。

- ⚠️ 電子たばこ開始年齢が若いほど、将来の紙タバコ開始リスクが大きい。
- ⚠️ 電子たばこ使用歴のある若者世代は、将来マリファナや違法ドラッグ使用者となるリスクが高い。

未成年へのたばこの健康被害に関する教育も行っていきましょう。

新型たばこについての科学的知見はわかっていないことが多い現状です。
正しい知識の更新を心がけ、喫煙・禁煙について考えていきましょう。

参考文献

- ・加熱式タバコの詭弁・ウソにだまされないようお願いします 2021年7月
- ・加熱式タバコ製品に関する包括的報告書