

第17号健康通信 新型たばこ、本当に安全？

富士宮市健康増進課 R8.5

0544-22-2727

新型たばこ(加熱式たばこ・電子たばこ)は、「煙がでない」「においが少ない」と自身や周囲の健康に配慮している”つもり”になっていませんか？

紙巻たばこの併用利用者は増加傾向にあり、特に若い世代の喫煙者の半数以上は加熱式たばこのユーザー。新型たばこを正しく理解しましょう！

～新型たばこ(加熱式たばこ・電子たばこ)とは～

加熱式たばこ

タバコ葉を加熱し発生した蒸気(エアロゾル)を吸う製品

ニコチンを含み、依存性があります

電子たばこ

香料などを含む液体(リキッド)を加熱して蒸気(エアロゾル)を吸う製品

液体の安全性は不明なうえ、加熱により有害物質が発生



Q. 新型たばこは紙巻たばこより安全ですよね？

A. 「有害物質が少ない＝健康被害が小さい」ではありません。

紙巻たばこより少ない物質もありますが、安全なレベルではありません。発売からの歴史も浅く、長期的な健康リスクは不明です。



Q. 受動喫煙は起きていませんか？

A. 「煙がない＝受動喫煙がない」ではありません。

発生した蒸気や、使用者から吐き出された呼気には有害物質が含まれています。新型たばこでも受動喫煙は起きています。



Q. 禁煙の代わりにになりますか？

A. 禁煙の助けにはなりません。

加熱式たばこにはニコチンが含まれており、依存性は変わりません。また、電子たばこは喫煙や薬物の入り口になりやすいため、注意が必要です。

たばこの害から自身や周囲を守る唯一の方法が禁煙です。

禁煙補助薬を活用することで成功率もあがります。

相談できる薬局・病院リストはこちらから →

