

# 保健だより〜世界禁煙デー〜

★第6号★  
2023. 5. 31 (金)  
宜野座高校\*保健室\*

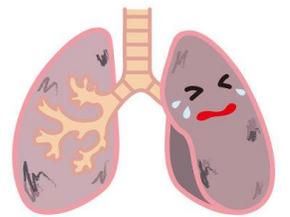


5月31日は、WHO（世界保健機構）により定められた「世界禁煙デー」です。また、厚生労働省では毎年5月31日～6月6日を「禁煙週間」と定めています。さまざまな生活習慣病や肺がんなど、深刻な健康被害の原因となる喫煙。受動喫煙によって非喫煙者の健康が損なわれることも問題となっています。この機会に、喫煙と健康、たばこの現実について今一度、考えてみませんか？

令和6年の禁煙週間のテーマ

たばこの健康影響を知ろう！  
～たばこと COPD の関係性～

COPD って？



## COPD (慢性閉塞性肺疾患) は タバコを原因とする肺の病気です

### COPDとは・・・

- たばこの煙を主とする有害物質が長期に気道や肺に触れることによって起きる炎症性の疾患
  - ゆっくり呼吸障害が進行する
  - 心血管疾患、消化器疾患、糖尿病、骨粗鬆症、うつなどの併存疾患が多い
- COPD の進行を遅らせることは、これらの疾患の悪化を防ぐ可能性も期待される

### COPDの症状



### COPDとタバコの関係

- COPD 患者の9割が喫煙者
- 高齢の喫煙者の約50%に COPD が認められている
- 喫煙者は非喫煙者に比べて COPD による死亡率が約10倍高い
- 受動喫煙も COPD の危険因子のひとつ

### ポイント

症状初期は自覚症状に乏しいケースが多いこと、咳や息切れ等の症状を風邪や年齢のせいと勘違いしやすいことから、多くの患者が受診に至っていない可能性が示唆されています。

