

健康メモ

女性と喫煙

広島市医師会理事
正岡病院副院長

正岡 亨

日本は海外に比べると女性の喫煙者が少ないといわれてきました。しかし近



年、男性の喫煙率の減少に反して女性の喫煙率が増加傾向です。特に二〇～三〇代の若い女性の喫煙率は二〇%を超えるともいわれます。この傾向は欧米でも同様です。

さて、女性にとって喫煙はどういった悪影響があるのでしょうか。まず、ニコチンはホルモンの分泌に影響し、生理不順や無月経、不妊症の

原因になります。また閉経が早くなるともいわれます。美容面ではビタミンCを消耗するので肌の血流を悪化させ、肌荒れ、しみ、しわ、吹き出物の原因となります。また、口臭や歯肉へのメラニン色素の沈着、歯槽膿漏の原因にもなります。

次に、妊娠中の喫煙はどうでしょうか。ニコチンは子宮や胎盤への血流を悪くし、一酸化炭素が胎児への酸素供給を少なくするため胎児に十分な栄養や酸素が届かなくなり、いろいろな問題が発生します。低体重児の出生率がかりでなく胎児死亡率・新生児死亡率も高くなり、流産・早産は二倍近く増えます。胎盤早期剥離などの胎盤異常の原因にもなります。しかし、妊娠がわかってから禁煙すれば低体重児や胎児死亡・乳児死亡を減らすことができますといわれます。さらに出生後の子供の知能や身体の発育の遅れにも影響すると

いわれます。

授乳中の喫煙ではニコチンが母乳に分泌され、新生児はイライラしたり、よく眠らない、下痢、嘔吐などニコチン中毒の症状が見られる事も報告されています。また両親の喫煙は、子供の気管支炎、肺炎、気管支喘息、中耳炎、さらには小児喘息の発症を増加させます。乳幼児突然死症候群の発症率も高まります。

最後に受動喫煙の影響についてはいろいろと論じられていますが、母親の受動喫煙でも直接喫煙と同様に流産、早産、死産、低体重児、新生児死亡が増加するといわれます。

以上のように喫煙は百害あって一利なしです。さらに受動喫煙で周りにも迷惑をかけます。女性の皆様今すぐに禁煙の努力を始めましょう。

