

# ご存知ですか？ 「三次喫煙」



「三次喫煙」って  
なんですか？

たばこの煙に含まれる有害物質は、ソファやカーテンなどの布製品や壁紙などにくっつきやすい傾向があって、煙が消えた後でも有害物質を出し続けるの。それによって健康被害を受けることを「三次喫煙」(残留受動喫煙/サードハンドスモーク)というのよ。



たばこを吸っている人の髪の毛や衣類、たばこを吸ったことがある部屋や車のシートなどに付いた、たばこの煙に含まれる有害物質が原因で起こるの。必ずしも目に見えたり、においでわかったりするわけではないことが、三次喫煙の怖いところなのよ。

「三次喫煙」が  
起こりやすい  
場所は？



「三次喫煙」の  
有害性は？

たばこに含まれるニコチンが大気中の亜硝酸と反応して発がん性物質のニトロソアミンがつくられるの。室内や車内の空気を換気しながらたばこを吸っても、有害物質の蓄積は避けられないのよ。その中で過ごす人は長期的に有害物質にさらされることになってしまうの。室内でたばこを吸わない(ベランダで吸う、屋外で吸う等)場合でも、たばこを吸っている本人の衣服や髪の毛に有害物質が付いているから、室内に戻ってから周りの人へ三次喫煙の害を及ぼしてしまうの。



一番影響を受けやすいのは、乳児期から幼児期の子どもたち。乳幼児期の子どもたちは、床をはったり、壁を触って伝い歩きをしたり、床に落ちているおもちゃ等を口にしたりすることもあって、有害物質を身体にとりこんでしまうリスクが高くなるからなの。

「三次喫煙」の影響を  
受けやすいひとは？



それでは、おさらいクイズです。○か×で答えてね。

質問：たばこの煙に含まれる有害物質は、壁紙やソファにはくっつきにくい？

答え：× (たばこの煙に含まれる有害物質は壁紙や布製品にくっつきやすいです)

質問：ベランダなど、外でたばこを吸えば大丈夫？

答え：× (衣類や髪の毛に有害物質がくっついてしまうので、たばこを吸っている人自身が、三次喫煙の害を周りに及ぼします)

質問：有害物質は、必ずしも目に見えたりにおいでわかったりするわけではない？

答え：○ (必ずしも目に見えたりにおいでわかったりするわけではないところが、三次喫煙の怖いところです。)

質問：一番影響を受けやすいのは、乳幼児？

答え：○ (小さなお子さんは、はいはいしたり、壁を伝って歩いたり、おもちゃを口にしたりすることがあるので、室内でたばこを吸っている環境や、ご家族が喫煙している場合などは、三次喫煙の影響を受けやすくなります。)