

より医学的に喫煙を知ろう！

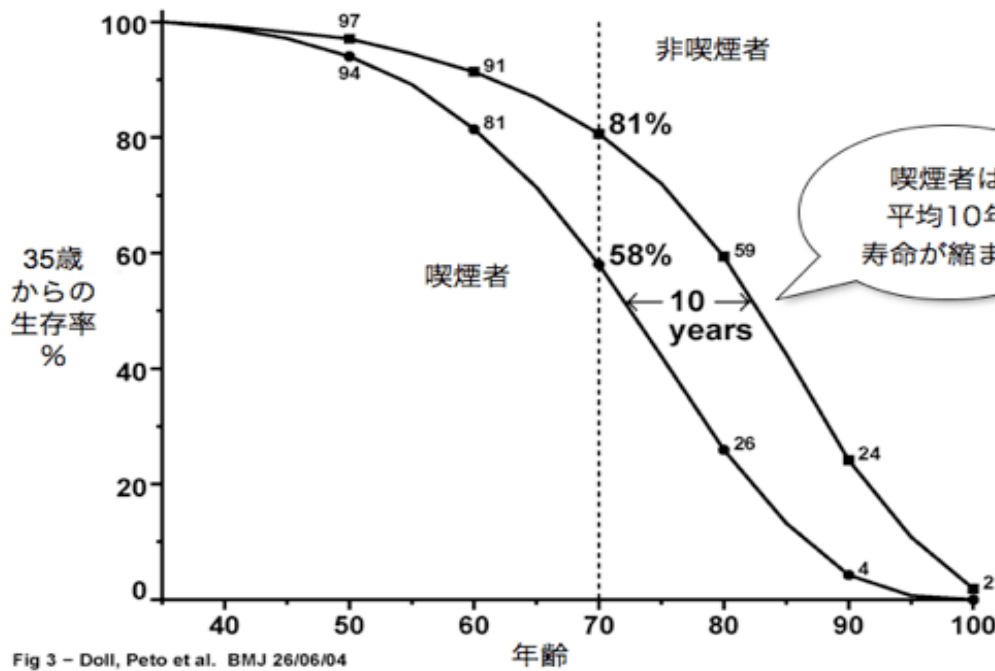
能動喫煙による疾患について・・・1



東北文化学園大学 健康管理センター保健室 2019年 6月発行 Ver. 19

喫煙者 vs 非喫煙者：35歳からの生存曲線

英国人男性医師（1900-1930年生まれ）の50年間追跡調査, 1951-2001



喫煙者は
平均10年
寿命が縮まる

ニコチン依存症は、確実に病気で治療が必要です。専門医のいる禁煙外来を受診するほかに、自分で禁煙するための補助として、薬局で購入可能なニコチンパッチやニコチンガムもあります。大学保健室では、ニコチン依存症のスクリーニングテストを受けることができます。必要に応じて、**お試し用のニコチンパッチも差し上げます**ので、是非相談に来てください。

Fig 3 - Doll, Peto et al. BMJ 26/06/04

～喫煙と寿命～

タバコを吸うと、どれほど寿命が短くなるのだろうか。この点については、喫煙者は非喫煙者よりも10年早く死ぬことを見出した英国医師研究がしばしば引用されてきた。（英国男性医師の喫煙習慣別生存曲線）

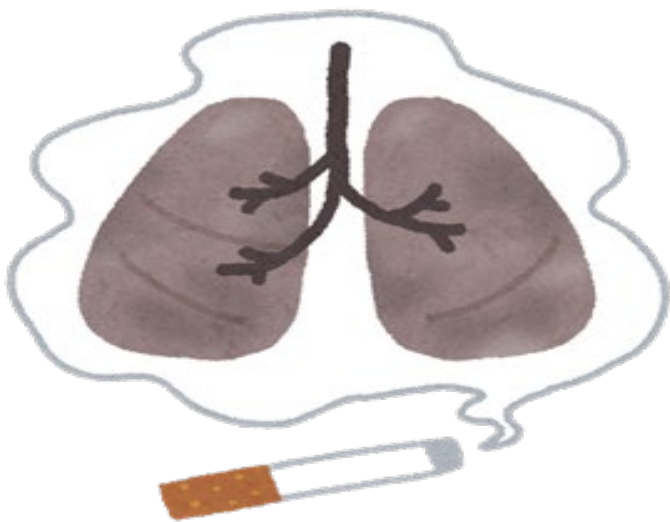
日本でも喫煙による寿命短縮度に英国と差はほとんどないという研究結果が報告されている。

喫煙と寿命の問題は、喫煙による生活の質の低下も考慮に入れる必要がある。

a.日本人では・・・日本人では喫煙により約8年（男性）から、10年（女性）寿命が短縮する。

b.喫煙により・・・男性の自立期間は4.2年短縮する。（厚生労働省研究班の調査から）

etc ..



禁煙相談希望の方は1号館2階 大学保健室に来てください。