

## 若年者の喫煙に注意を

～10代での喫煙開始で多発がんが発生～

病気になってはじめて健康の有り難さが分かる。私自身も、約15年前に大腸がんの手術を受けた。手術によって大腸が30cmほど短くなった。腸が短くなっただけで、トイレに通う回数が増す。旅行にしる、種々の会議にしる、毎回トイレの位置を確認しておく生活になった。加えて、病気の再発を危惧せざるを得ない。失ってはじめて気づく健康の有難さである。

今年の夏の高校野球も終わった。スポーツの醍醐味は、試合の全体を視野に入れて、流れを読み、目の前の現実に対する駆け引きにある。ましてや囲碁や将棋などは10手、20手と先の先を読んでの物語が展開される。

タバコの影響は20年、30年後に現れるため、将来を見据えての健康管理はむつかしい。「ニコチン依存症」としての病識に欠ける。「喫煙」が病気であることを意識しないがために、将来に悔いを残す。「後悔先にたたず」。先人の貴重な教えである。

タバコと関連した呼吸器の病気では、肺気腫があり、毎日酸素を携帯しての生活になる。肺炎を併発しやすい。職業病としてのアスベスト関連の病気は、喫煙習慣が加わり悪性胸膜中皮腫や肺がんが発生する。呼吸器以外でも、喉頭・咽頭がん、食道がん、胃がん、すい臓がん、腎臓がん、膀胱がん、子宮頸がん等の発生リスクが高まる。

喫煙は動脈硬化を促進する。生活習慣病としての高血圧症、糖尿病、脳卒中、心筋梗塞の発症リスクを高め、メタボリックシンドロームと深く関連する。胃潰瘍、骨粗しょう症も例外ではない。

とりわけ若年者には注意を促したい。女性では美容上の問題だけではなく、妊娠合併症、不妊、低出生体重児、乳幼児突然死症候群などとの関連がある。

昨年11月、米国からの衝撃的な研究報告があった。多くの肺がん、膀胱がん、腎がん、頭頸部がんの患者さんの治療後の長期の追跡の結果である。1日に20本以上のタバコを吸っていた人については、一つの「がん」が治っても、タバコを吸わない人に比べると、さらに新たな「が

ん」が発生する確率は、吸わない人の3～5倍にもなるとの結果であった。

このことは私どもの肺がん診療のデータでも確認していた。「多発がん」「重複がん」の患者さんの共通点は、10歳代でタバコを吸い始めたことにあった。中学生、高校生に告げたい。何気なく吸うそのタバコが、社会人になってからの「がん」の発生を招く。喫煙は、「喫煙開始年齢」も重要な意味をもつ。加えて、副流煙による受動喫煙は、他人の健康をも害していることを忘れてはならない。



病気になるって初めて健康のあ  
りがたさが分かる。私自身も、  
約15年前に大腸がんの手術を受  
けた。手術によって大腸が30%  
ほど短くなった。腸が短くなっ  
ただけでトイレに通う回数が増  
す。旅行にしろ、種々の会議に  
しろ、毎回トイレの位置を確認  
しておく生活になった。加えて、  
病気の再発を危惧せざるを得な  
い。

「喫煙」が病気であることを意識  
しないがために、将来に悔いを  
残す。たばこに関連した呼吸器  
の病気では肺気腫があり、毎日  
酸素を携帯しての生活になる。  
職業病としてのアスベスト関連  
の病気は、喫煙習慣が加わり悪  
性胸膜中皮腫や肺がんが発生す  
る。呼吸器以外でも喉頭・咽頭が  
ん、食道がん、胃がん、すい臓が  
ん、腎臓がん、膀胱がん、子宮頸

死症候群などとの関連がある。  
昨年11月、米国から衝撃的な  
研究報告があった。多くの肺が  
ん、膀胱がん、腎がん、頭頸部  
がんの患者さんの治療後の長期  
の追跡の結果である。1日20本  
以上のたばこを吸っていた人に  
ついては一つの「がん」が治つ  
ても、吸わない人に比べると、  
さらに新たな「がん」が発生す  
る確率は、吸わない人の3.5  
倍にもなるとの結果であった。

## 論壇



石川 清司

# 10歳代の喫煙 がんの共通点

ことしの夏の高校野球も終わ  
った。スポーツの醍醐味は試合  
の全体を視野に入れて、流れを  
読み、目の前の現実に対する感  
け引きにある。囲碁や将棋など  
は10手、20手と先の先を読んで  
の物語が展開される。

たばこの影響は20年、30年後  
に現れるため将来を見据えての  
健康管理は難しい。「ニコチン  
依存症」としての病識に欠ける。

がん等の発生リスクが高まる。  
喫煙は動脈硬化を促進する。  
生活習慣病としての高血圧症、  
糖尿病、脳卒中、心筋梗塞の発  
症リスクを高めメタボリック症  
候群と深く関連する。胃潰瘍、  
骨粗しょう症も例外ではない。

とりわけ若年者には注意を促  
したい。女性では美容上の問題  
だけではなく、妊娠合併症、不  
妊、低出生体重児、乳幼児突然

このことは私どもの肺がん診  
療のデータでも確認していた。  
「多発がん」「重複がん」の患者さ  
んの共通点は、10歳代でたばこ  
を吸い始めたことにあった。中  
学生、高校生に告げたい。何げな  
く吸うそのたばこが、社会人に  
なつてからの「がん」の発生を招  
く。喫煙は「喫煙開始年齢」も重  
要な意味を持つ。加えて副流煙  
による受動喫煙は、他人の健康  
をも害していることを忘れては  
ならない。

(富野清市、県禁煙協議会  
長、沖縄病院名誉院長、66歳)