

たばこと健康

たばこを吸っている本人は、このような病気になりやすくなります。

【がん】

鼻腔・副鼻腔がん
口腔・咽頭がん
喉頭がん
食道がん
乳がん
肺がん
肝臓がん
胃がん
大腸がん
膵臓がん
膀胱がん
前立腺がん(死亡)
子宮頸がん

■知ってほしいCOPD

タバコの煙などの有害物質が原因で肺が炎症を起こし、呼吸がしにくくなる病気で原因の90%が喫煙と言われています。初期症状はありふれた症状のため、見過ごされやすく、発見が遅れることもあります。

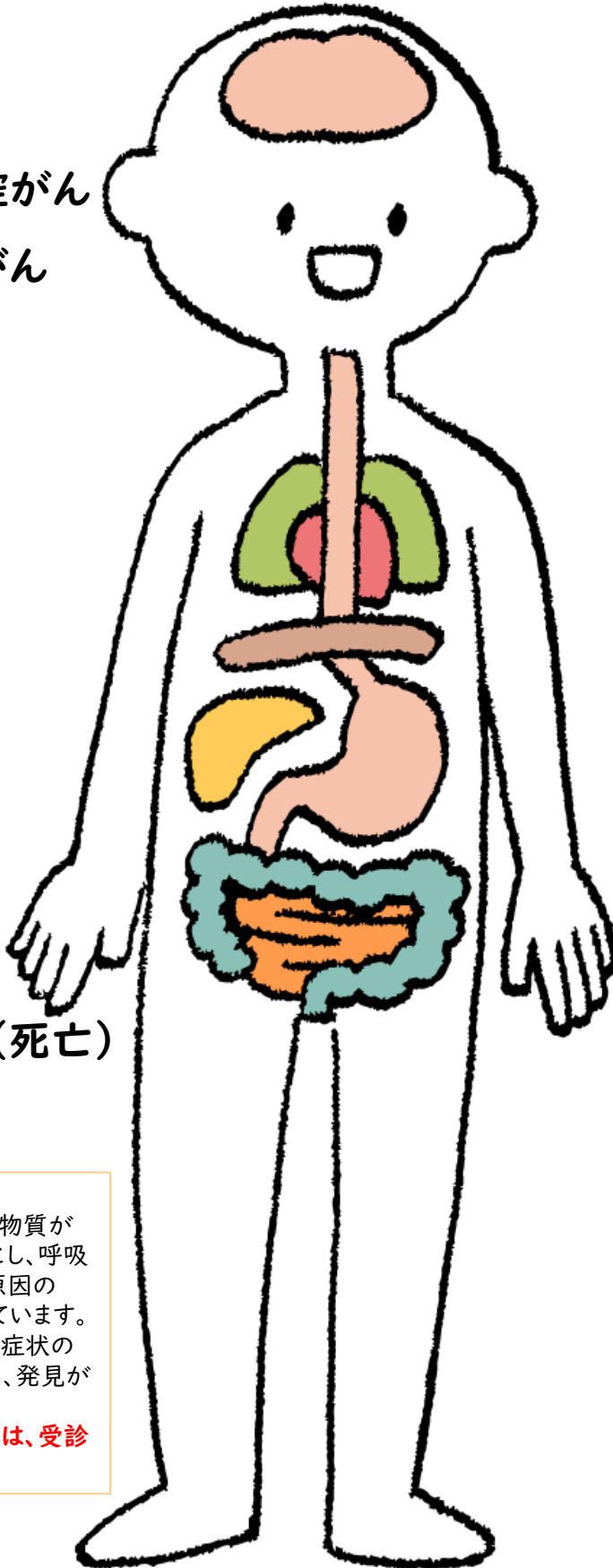
長引く咳や痰がある時は、受診しましょう。

【その他の病気】

認知症
脳卒中
ニコチン依存症
歯周病・歯の喪失
慢性閉塞性肺疾患
(COPD)
呼吸機能低下
結核(死亡)
虚血性心疾患
腹部大静脈瘤
末梢性の動脈硬化
2型糖尿病の発症

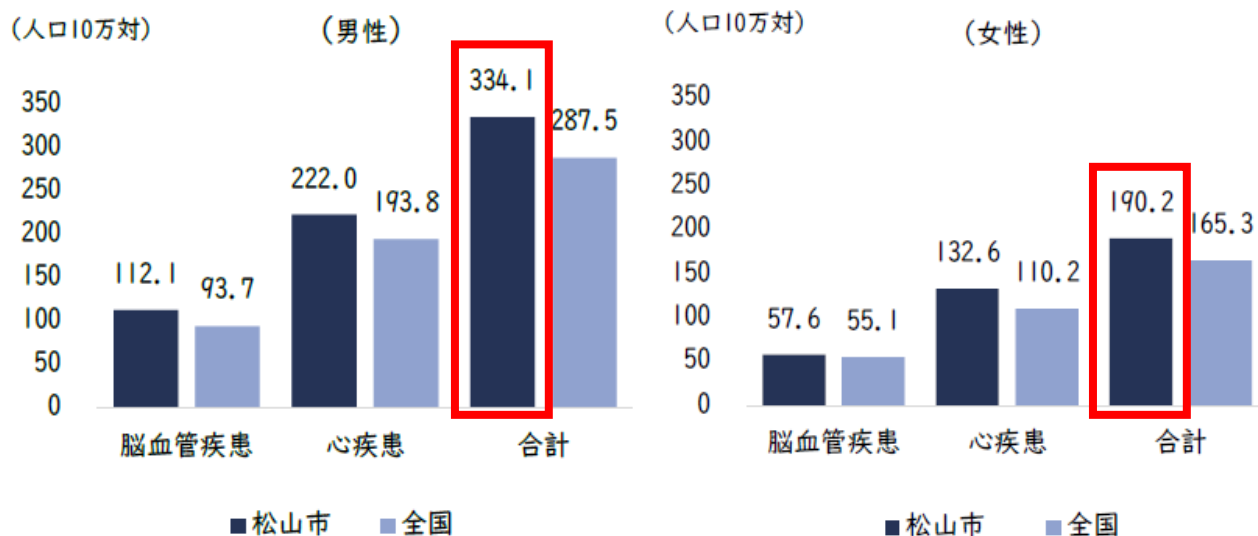
【妊娠・出産】

早産
低出生体重
胎児発達遅延



■ 松山市では脳血管疾患・心疾患の死亡率が高いです！

たばこは、脳血管疾患・心疾患の原因のひとつとされています。



*人口動態統計から算出（2021年）

出典：健康増進計画2024

■ タバコをやめると、こんなにいいことがあります。

- ✓ 初日から健康になります
- ✓ 家族も健康になります
- ✓ 経済的な余裕ができます



■ 禁煙にチャレンジしてみよう。

禁煙外来の利用で医療機関でなら比較的楽に、より確実に禁煙できます。



参考：禁煙は愛（日本医師会）

■ ひとりで悩まず、ご相談ください。

松山市保健所 健康づくり推進課
健康相談 089-911-1817
(9:00~17:00)



【健康相談HP】