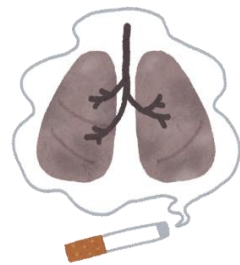


こんなに怖い!

たばこの有害物質



たばこには200種類以上の有害物質が含まれていて、そのうち70種類以上が「発がん物質」です。なかでも「ニコチン」「タール」「一酸化炭素」は3大有害物質として知られています。では、なぜ有害なのでしょう？

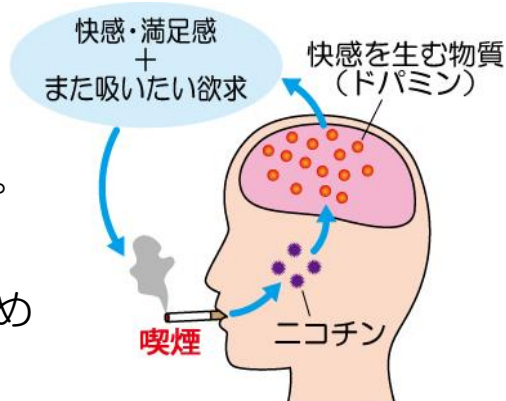
①ニコチン ~ 依存症という悪循環

麻薬にも劣らない強い依存性を持つニコチン。

禁煙したくてもできないのはニコチン依存症

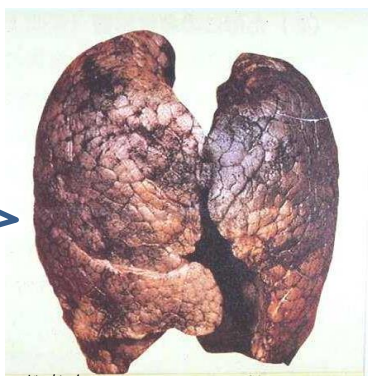
という病気になっているからです。病気のため

治療が効果的です。



②タール ~ 恐ろしい発がん物質

タールには発がん物質が含まれています。すぐに体内から消えず、長く悪影響を与えます。



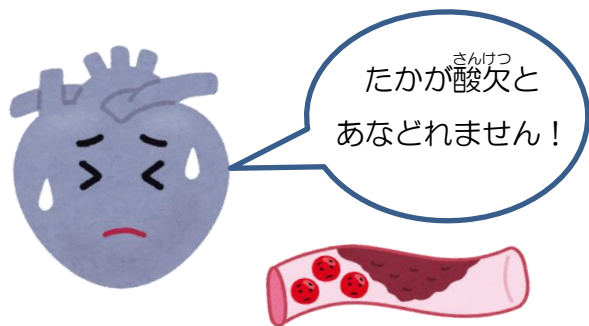
たばこを吸い続けると黒い肺に!

長く喫煙するほど回復に時間がかかります。

若いうちに禁煙すればタールが早く排出されます。

③一酸化炭素 ~ 酸欠は病気の引金

一酸化炭素は体内を酸欠状態にします。運動能力の低下や心臓に負担をかけます。



酸欠により血管が狭くなり動脈硬化から心筋梗塞・脳梗塞など死にいたる病にも!

～ 台東区受動喫煙防止対策推進キャラクター けむたいそう ～

望まない受動喫煙 (=たばこの煙を吸わされること) から皆さんを守るため、平成23年に受動喫煙防止対策推進キャラクター けむたいそう が誕生しました。けむたいそうのグッズをみかけたら、近くでたばこを吸うのをやめるようご協力をお願いします。

