

# 親の喫煙と 子どもへの影響



おしえて!  
先生

## ～禁煙は家族への愛～



親（同居する大人）が  
喫煙していると  
子どもにはどのような  
影響がありますか？

独身中にたばこを吸っていた  
方もおられるかと思いますが、  
二人の共同生活を始めるに当  
たっては是非とも禁煙に取り組  
んで頂きたいと思います。たば  
こを吸う本人だけでなく、配偶  
者や特にお子さんに悪影響があ  
るというお話です。

実は妊娠中に親がたばこを吸  
うのと、生まれてから吸うので  
は少し意味が異なります。

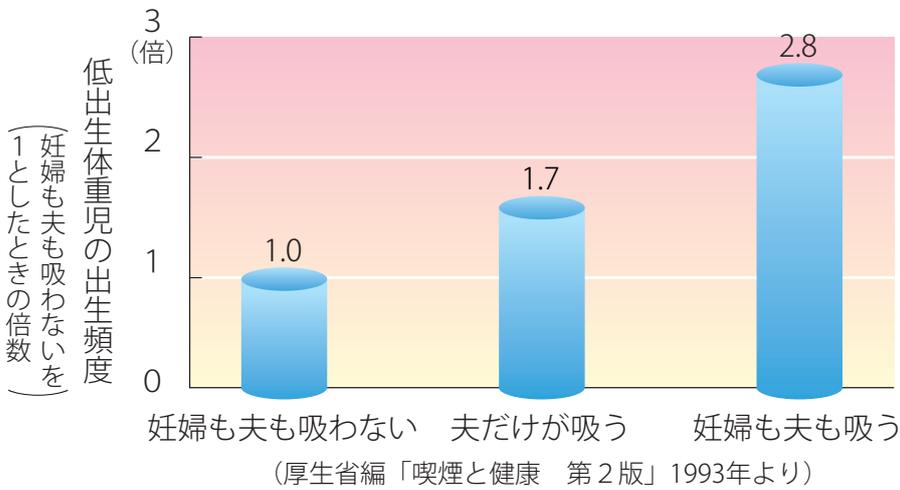
妊娠に気づく頃（妊娠2、3  
カ月頃）既に赤ちゃんは数セン  
チの大きさに育っていて、中枢  
神経の基本的な構造が作られて  
います。専門的になりますが神  
経管という脳脊髄の端から新し  
い神経細胞がどんどん作られて  
大脳皮質へ並べられている時期  
なのです。この時期に母親が喫  
煙するとニコチンや一酸化炭素  
その他の有害物質が赤ちゃんの  
神経細胞の発達に悪影響を及ぼ

して、成長が悪かったり落ち着  
きの無いお子さんになる場合も  
あります。（妊娠が分かっただけ  
から禁煙しても遅すぎます）家族  
や友人等のたばこによる副流煙  
も吸い込まないのが一番です。

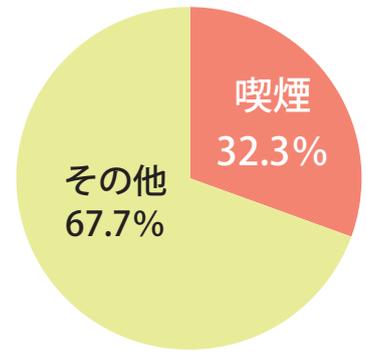
中枢神経は記憶や会話、計算  
等だけでなく、思いやりや気持  
ちのコントロール、物事への集  
中力、手足の器用さなどにも関  
係しますし、ホルモンの中枢と  
して睡眠や体温、食欲等にも影  
響します。

赤ちゃんが生まれてからの親  
の喫煙の影響は、皮膚粘膜、目  
耳鼻のど、気管支等への直接的  
な影響と眠りが障害される事  
による集中力低下や落ち着きの無  
さなどが問題となります。特  
に、たばこから立ち上がる副流  
煙は、吸い込んだ主流煙よりも  
燃焼温度が低いためニコチン、  
タール、一酸化炭素、シアン化  
水素、ベンゼン、ダイオキシン  
など発がん物質が多く、アルカ  
リ性の為に粘膜刺激性も強いと  
言われています。赤ちゃんの皮  
膚はバリア機能が弱いので、  
たばこの化学物質で湿疹やかゆ

## 妊婦とその夫の喫煙と低出生体重児の出生頻度



## 喫煙の死亡への影響の度合い (全部位のがん)



**MEMO**

### 受動喫煙で発症する可能性のある疾患

低出生体重児、子宮内発育遅延、乳児突然死症候群、知能低下、注意欠陥多動障害、気管支喘息、気管支炎、副鼻腔炎、各種のがん（肺がん、副鼻腔がん他）、狭心症

## 【愛媛県内成人男女の喫煙率推移】

	20代女性	女性全体	男性全体
1999年	9.7%	4.4%	46.5%
2004年	17.5%	4.2%	37.7%
2011年	5.3%	3.7%	32.5%

(愛媛県県民健康調査より)

分煙や換気扇は単なる気休めです。一般家庭用の換気扇では、たばこの臭いや煙を完全に排出することは出来ませんし、分煙しても髪の毛や衣服に臭いが染み付いてしまいます。よく誤解されますが、お子さんや周囲への影響は、たばこの煙そのものよりも、喫煙者の呼気（呼吸した空気）や衣類、毛髪等に含まれる化学物質によりです。たばこを吸った後10分からは数百種類以上の有害化学物質が呼気中に含まれると言われており、本人が気づかなくても、周囲の人には「におい」で分かってしまいます。たばこを止めるには大変な努力が必要で周囲の理解と励ましが必要です。頑張って禁煙を達

みが出たり、鼻水や鼻詰まり、のどのゴロゴロ、気管支炎や喘息等の誘因となります。分煙したり、換気扇の下でたばこを吸っても影響はありますか？

【参考ホームページ】  
「愛媛県小児科医会」  
で検索し、  
～こどもとタバコ～を  
ご参照ください。  
※携帯サイトは下記参照



中野省三 先生  
なかの・しょうぞう

石丸小児科院長（松山市三番町）

一般小児科、発達神経外来、健康診断、  
予防接種などを担当

社団法人日本小児科学会認定小児科専門医

日本小児神経学会認定小児神経専門医

京都大学医学部卒業 医学博士

成した後の「たばこを止めてくれた」という周囲の嬉しそうな表情は、間違いなくご本人にも家族にも幸せをもたらせましますし、何よりも禁煙は家族への愛の証なのです。