



妊娠・出産・育児とたばこ

大人になってお父さん、お母さんになる
時のために…知っておいて欲しいこと。

～禁煙は 未来の自分の
ためなんだ～



平成19年たばこフォーラム公募川柳

「中学生の部」優良作品

妊娠してたばこを吸っていると…

ニコチンの
影響で赤ちゃんへの血液や
酸素が不足

胎児の発育が
悪くなります。



流産・早産

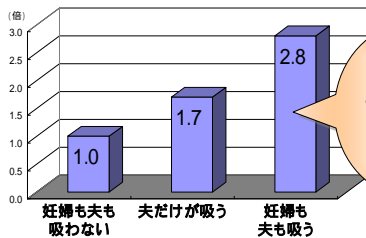
低出生体重児

出産時のトラブル

ママ! 苦しいよ!

妊娠してたばこを吸っていると、ニコチンの影響で赤ちゃんへの血液や酸素が不足し、低酸素状態となるため流産や早産などを起こしやすくなったり、胎児の発育が悪くなるなどの影響があります。小さな体重で生まれる赤ちゃん（低出生体重児）は、身体のさまざまな機能が発達途上のため、いろいろな病気を起こしやすいなど、様々なリスクが生じる可能性があります。

妊婦と夫の喫煙習慣と 低出生体重児の頻度



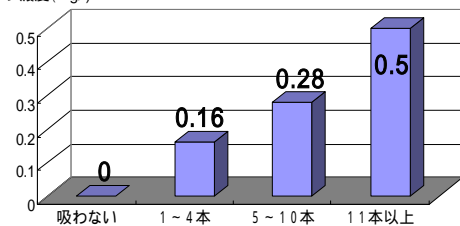
たばこで小さな体重の赤ちゃんが産まれる危険性が高まる!

中村「厚生省の指標」1988

妊婦と夫もたばこを吸う場合、吸わない場合に比べ、2.8 倍も小さな体重の赤ちゃん（低出生体重児）が産まれる危険性が高まると言われています。

母乳への影響

喫煙本数と母乳中のニコチン濃度
ニコチン濃度 (mg/l)



Permam他, JAMA120 タバコ白書第一版

授乳中のお母さんがたばこを吸っていると、母乳からニコチンが分泌されます。生まれたばかりの赤ちゃんがニコチン中毒を起こした、という報告もあります。

授乳中のお母さんがたばこを吸っていると、母乳からニコチンが分泌されます。

1日に20本以上たばこを吸っている母親の母乳を飲んだ生まれたばかりの赤ちゃんがニコチン中毒を起こした、という報告もあります。

母乳中のニコチンの方が、通常の体内の血清中の濃度に比べて3倍高く、ニコチンは母乳に移行しやすいことが報告されています。母乳中のニコチン濃度は、喫煙本数が多くなるほど高くなります。

赤ちゃんの事故の1位は誤飲

1歳くらいの小さな子どもは、何でも口にいれてしまいます。間違えて食べ物以外のものを飲み込むことを誤飲(ごいん)といいます。



もし、赤ちゃんがたばこを食べてしまったらどうなる？

ジュース缶を灰皿代わりにしていない？



残念なことに、誤飲事故の大半はたばこです



家庭でたばこを吸うと、子どもが肺炎や気管支炎にかかる割合が高くなる

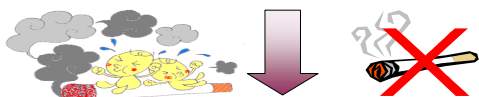
(平間敬文著「子供たちにタバコ(の真実)」より引用)

たばこを吸わなくても、身体に害があります！

赤ちゃんのいる部屋でだれかがたばこを吸う



赤ちゃんの尿から、たばこを吸ったときにできる成分(ニコチン)を検出。(換気扇の下やベランダで喫煙しても、結果は同じ。)



たばこの煙から赤ちゃんを守ろう！

知っていますか？

急性ニコチン中毒で死に至ることも・・・

・たばこ1本には、小さな子どもが死に至る量のニコチンが含まれています。

・たばこが溶け出した水を飲んでしまったら、ニコチンを急速に吸収して急性ニコチン中毒になることも。

・救急車で病院に行って胃洗浄(胃を洗い出し、悪いものを取り出す)をすることもあります。



1歳くらいの小さな子どもは、何でも口にいれてしまいます。

間違えて食べ物以外のものを飲み込むことを誤飲(ごいん)といいます。

残念なことに、誤飲事故のトップはたばこです。ニコチンが体内に入ってしまうと、急性ニコチン中毒という危険な状態になることがあります。

家庭でたばこを吸うと、子どもが肺炎や気管支炎にかかる割合が高くなってしまいます。

その他にも、中耳炎などの影響があると言われています。

赤ちゃん自身はたばこを吸うことはできません。しかし、受動喫煙によってその影響を受けているのです。

赤ちゃんのいる部屋でだれかがたばこを吸うと、赤ちゃんの尿から、たばこを吸ったときにできる成分(ニコチン)が検出されることからわかります。

では、赤ちゃんがいる部屋で吸わなければいいのでしょうか？それはちがいます。換気扇の下やベランダで喫煙しても、結果は同じでした。換気扇ではたばこの煙を排出しきれず、また、煙が衣服について室内に煙を持ち込むことになることと、たばこを吸った後の呼吸(吐いた息)40回位からは、たばこ煙が排出され続けているからです。

小さな子どもが死に至る量のニコチンの量は、10~20 mgです。たばこ1本には、15~20 mgのニコチンが含まれており、極めて危険です。

たばこが溶け出した水を飲んでしまったら、ニコチンを急速に吸収して急性ニコチン中毒になることもありますので、その場合はすぐに、救急車で病院に行く必要があります。胃洗浄(胃を洗い出し、悪いものを取り出す)をすることも有的のです。

尿中コチニン測定で、受動喫煙の害を知ろう！

妊産婦、赤ちゃんの尿から、
たばこを吸った際に体内でニコチンの代謝産物として
できる物質(尿中コチニン)の量を測ってみました。

尿中コチニンは受動喫煙の程度と高い関係を示す。
「80ng/mgCr」 喫煙者と同程度の受動喫煙
「2000ng/mgCr」 ヘビースモーカー



どうなったと思いますか？

妊婦の受動喫煙の状況

喫煙状況

妊婦	夫など	人数
非喫煙	非喫煙	22
非喫煙	喫煙	25
計		47

喫煙場所	人数
換気扇の下	13
妊婦と同室	4
ベランダ	3
別室	3
不明	2

妊婦の尿中コチニン濃度の値

(ng/mgCr)

夫が非喫煙 10.7 (平均値)

夫が換気扇下で喫煙 59

＃ ベランダで喫煙 66

＃ 同室で喫煙 115 → 喫煙者のレベル

乳幼児の受動喫煙の状況

乳幼児の尿中コチニン値

喫煙環境		検査 対象児 数(人)	尿中コ チニン 検出児 数(人)	尿中コ チニン 検出率 (%)	尿中コ チニン 平均値 (ng/mgCr)
母	父				
喫煙	喫煙	4	3	75.0	65.8
非喫煙	喫煙	12	4	33.3	11.7
非喫煙	非喫煙	4	0	0	0

喫煙場所 (人)

換気扇の下 7、 庭 2、 自宅では禁煙 2

その他 3、 不明 6

調査結果

同室で夫がたばこを吸うと、妊娠している妻の尿から、喫煙者と同じ量のコチニンが検出される。

- ・たばこの害が、妻、子どもにも及んでいる
- ・換気扇の下、ベランダで喫煙していたとしても、尿からは、コチニンが検出される。

同室で、両親がたばこを吸うと、赤ちゃんの尿からコチニンが検出される。

たばこを吸わなくても、吸ったことと同じ

妊産婦、赤ちゃんの尿から、たばこを吸った際に体内でニコチンの代謝産物としてできる物質(尿中コチニン)の濃度を測ってみました。コチニンとは、たばこの煙に含まれているニコチンから体内で作られる化学物質で、ニコチンからのみ作られます。コチニン濃度測定によって、どれだけのたばこ煙があなたの身体に入ったかを示すことができます。さて、どうなったと思いますか？

妊婦の尿中コチニン濃度の値は、夫が同室で喫煙している場合、115と喫煙者と同じレベル以上であることがわかりました。また、換気扇下、ベランダで喫煙していても尿中コチニン濃度の値が高いことがわかりました。

同室で、両親がたばこを吸った場合の乳幼児の受動喫煙の状況はどうなっているのでしょうか？

両親ともにたばこを吸っていると、75%の赤ちゃんの尿から多くのコチニンが検出されました。

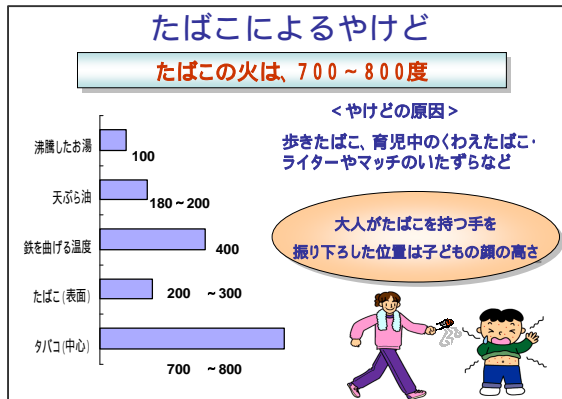
また、換気扇の下で吸っていても、コチニンは生成されていることがわかります。

以上のことから

「同じ部屋で夫がたばこを吸うと、妊娠している妻の尿から、喫煙者と同じ量のコチニンが検出される。」

「同じ部屋で、両親がたばこを吸うと、赤ちゃんの尿からコチニンが検出される。」ことがわかりました。

このことから、夫が吸うたばこの害が、妻や子どもにも及んでいることがわかります。

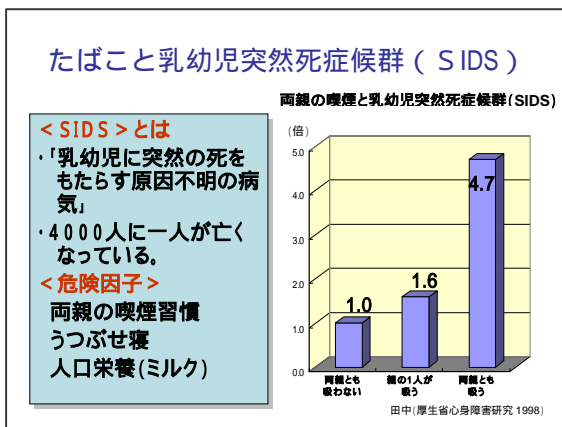


子どもへの健康影響として、たばこによるやけどもあげられます。

たばこの火は、中心部で700～800度にもなっています。このグラフからみて、たばこの火がいかに高温かがわかれると思います。

屋外での歩きたばこ、育児中のくわえたばこ、灰皿に置いたたばこなど、子どもの周りで喫煙するとやけどをさせる可能性が高くなります。また、子どもがライターやマッチをいたずらして、やけどや火事になる可能性もあります。

大人がたばこを持つ手を振り下ろした位置は子どもの顔の高さです。たばこが子どもの顔や目にあたったらどうなるでしょうか？



SIDSとは「突然に乳幼児に死をもたらす原因不明の病気」であり、現在、日本では生まれてきた赤ちゃんの4000人に一人が亡くなっています。特に、生後2か月から6か月頃に発症することが多くなっています。

研究の結果、原因は不明ですが、その発症の危険因子の一つとして、両親の喫煙習慣があることがわかっています。

参考：SIDSの危険因子とその発症頻度
 あおむけ寝：うつぶせ寝 1：3.0
 両親の非喫煙：両親の喫煙 1：4.7
 母乳栄養：非母乳栄養 1：4.8

将来、お父さん、お母さんになる時に

<お父さんになる人へ>
奥さんと赤ちゃんを受動喫煙の害から守ろう

<お母さんになる人へ>
赤ちゃんを、たばこの害から守ろう

将来、お父さんになる人へ
奥さんと赤ちゃんを受動喫煙の害から守ろう。

将来、お母さんになる人へ
赤ちゃんを、たばこの害から守ろう