

5月31日は世界禁煙デー、 5月31日～6月6日は禁煙週間です！

「加熱式たばこ」は安全とはいきません

「加熱式たばこ」も「紙巻きたばこ」と同様にニコチンや発がん性物質などが含まれ、**受動喫煙の原因**になります。また「加熱式たばこ」の研究は十分でなく、「加熱式たばこ」の長期使用に伴う健康影響について予測することは、難しい状況です。

● たばこ葉を高温で加熱するタイプ



● たばこ葉を中温で加熱するタイプ



リル ハイブリッド
[フィリップ モリス]

● たばこ葉を低温で加熱するタイプ



ブルーム・テック
[JT]



ブルーム・テック・プラス
[JT]

※参考: 国立がん研究センターがん情報サービスHP
日本で販売されている加熱式たばこ(2022年現在)より



三次喫煙（サードハンド・スモーク）知っていますか？



たばこを消した後に残留する化学物質を吸入することを三次喫煙(サードハンド・スモーク)と言います。

たばこから発生した化学物質が**喫煙者の口腔内や衣服、カーテン、ソファなどに付着し、発生するたばこ臭**を吸入することで起こります。

喫煙後の口腔内のたばこ臭は、**45分程度出続ける**と言われています。

※参考: 大和浩 2007年調査等

☆大切な人を守るために 禁煙にチャレンジしようかな

禁煙をすすめてみようかな と思ったら

禁煙を支援してくれる医療機関をチェック！

湖北圏域の禁煙支援
医療機関リスト



長浜保健所 圏域の情報

検索

