

*** 今日の健康 (5月) ***

＜ 喫煙と新型コロナウイルス ＞

5月31日は「世界禁煙デー」です。日本でもその日から「禁煙週間」が始まります。健康増進法の一部改正により、2020年4月から、公共施設や従業員がいる飲食店など、多数の者が利用する施設で望まない受動喫煙を防止するための取り組みは、マナーからルールへと変わっています。

世界保健機構（WHO）が、喫煙しないことが一般的な社会習慣となることを目指して5月31日を「世界禁煙デー」と定めたのは1988年です。“受動喫煙防止”の流れは世界各国に広がり、日本でも「禁煙週間」が設けられるなど、さまざまな取り組みが始まっています。

一方で、新型コロナの世界的大流行中にフランスである統計調査結果が公開されて以来、喫煙者は新型コロナに強いとか、ニコチンにコロナ予防効果があるという誤った報道が数多く行われています。

この報道は新型コロナウイルスに感染した喫煙者は重症化しやすいという多くの疫学調査成績に反しており、科学的手法でない調査方法がゆえに根拠が無く、専門科の査読を受けていないので信頼できる科学的結論を引き出すことは全くできません。

この報道とは正反対に、喫煙が呼吸器感染症リスクを増やし、免疫機能を弱め、慢性閉塞性肺疾患COPD、心臓病、糖尿病をはじめとした多くの慢性疾患を引き起こしているという確固とした科学的な証拠が存在します。

喫煙は新型コロナウイルス肺炎重症化の最大のリスクで、中国・武漢を中心に新型コロナ患者1,099名の臨床データを分析した研究では、喫煙者は人工呼吸器が装着されるか、あるいは死亡する危険性が非喫煙者の3倍以上になることが明らかになりました。

また年齢や基礎疾患（糖尿病、高血圧など）と比べても、重症化の最大のリスクであることも報告されています。世界保健機関（WHO）も新型コロナ対策として「禁煙すること」を強く推奨する声明を出しています。

感染予防として手洗い・マスクが重要なように、ウイルスの付着した手で口元に触れることは感染のリスクになります。タバコを吸うと何度も口元に汚染された可能性のある手を近づけることになるため、感染リスクを高めることになります。電子タバコも同じです。

タバコが世界で毎年800万人を死亡させる重大なパンデミックであることは言うまでもありません。禁煙後は肺の働きは速やかに回復しますので、一刻も早くタバコ使用をやめる必要があります。

喫煙経験の有無と新型肺炎の重症者の割合の関係



※中国の患者1099人の分析による

前澤クリニック 内科・小児科 0422-30-2861

天文台通り多摩信用金庫のななめ裏