

タバコやめますか？  
健康を灰にしますか？



# 女性の見知りチャレンジす 禁煙るるる

制作  
北海道医師会  
札幌市中央区大通西6丁目  
☎011(231)1432  
※このチラシをご希望の方は  
ご連絡ください。

女性の喫煙は  
男性に比べて危険が大。  
とくに妊娠・育児中は  
ゼツタイ禁煙！

女性特有の  
病気をまねく。  
幼い命まで奪う…。  
それを承知で  
吸い続けますか？



## Study.1 | 肺や子宮に致命的な病気が…

男性と比較して肺や気道が小さい女性はタバコの害を受けやすく、同じ喫煙量なら男性より肺がんや慢性閉塞性肺疾患が早期に発症することを示唆する研究報告も出されています。また、タバコを吸う女性の子宮けい部粘液からは、ニコチンやその体内代謝物質のコチニンが検出され、子宮などの発がん率も高くなります。

## Study.2 | おなかの赤ちゃんに深刻な影響が…

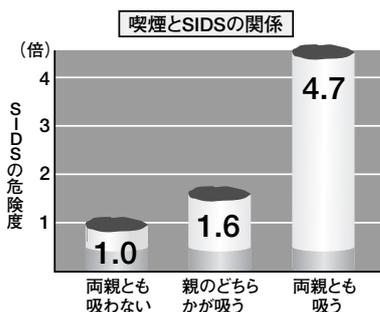
喫煙はホルモン分泌などに影響して不妊症の原因に。また、妊娠中にタバコを吸うと、子宮・胎盤への血流量と酸素供給量の減少から、おなかにいる赤ちゃんが低酸素状態にさらされ、流産、早産、低体重児出産の危険が1.5~2倍も高くなります。安全出産で元気な赤ちゃんを望むなら、遅くとも妊娠初期までに禁煙を実行すべきです。



◀妊娠中の喫煙が原因とみられる低体重児(右)

## Study.3 | 乳幼児の突然死…両親の喫煙が原因!

乳幼児をおそう受動喫煙（間接的に煙を吸うこと）の魔の手…。両親ともタバコを吸う家庭では、乳幼児突然死症候群（SIDS）の危険度が4.7倍にも跳ね上がることが、日本の実態調査で確認されました。育児中の禁煙は、母親・父親の重大な使命です。



## Study.4 | 喫煙のツケは、更年期の骨にも!

喫煙は胃腸を悪くしてカルシウムの吸収を妨げます。さらに閉経を早め、骨量維持にはたらく女性ホルモン（エストロゲン）の分泌をいち早く低下させます。この2つの要因から、喫煙習慣のある女性は更年期以降に骨粗しょう症（骨がスカスカになる病気）を発症しやすくなります。

このチラシは、北海道医師会ホームページからPDF(カラー版・モノクロ版)でダウンロードできます。ご自由にご利用ください。



タバコの害についてはホームページ「禁煙コーナー」でもくわしく紹介しています。