

きょうと健康長寿推進京都丹波地域府民会議

《ニュースレター 第1号 (令和2年5月 発行)》



暑い日が増えてまいりましたが、構成団体の皆様、いかがお過ごしでしょうか。
京都丹波地域の府民の健康寿命延伸をめざし、日々取組みを進めていただきありがとうございます。
新型コロナウイルス感染症の影響により、今年度のタバコ環境部会は開催を中止させていただくこととなりました。今回のニュースレター5月号では、新型コロナウイルス感染症とタバコの関連についての記事を紹介いたします。ぜひ、参考にしてください！

～お知らせ～

健康増進法が改正、全面施行されました



2020年 4月1日から、事業所・飲食店など多くの施設が

原則屋内禁煙 になりました！



けむりのない京都丹波地域に向けて今後ともご協力、よろしくお願いいたします。

1. 新型コロナウイルス感染症を重症化させる因子※1

タバコを吸うことで、新型コロナウイルス感染症は重症化します！

高齢（60歳以上）



ぜんそく



糖尿病、肝疾患などの慢性疾患



喫煙（現在タバコを吸っている人、過去にタバコをたくさん吸っていた人※2）



※1 一般社団法人日本禁煙学会 COVID-19の重症化因子V2記事より抜粋

※2 一般的に1日の喫煙本数×喫煙年数＝喫煙指数が600以上の方

2. 新型コロナウイルス感染症とタバコの関係



重症化するリスクはタバコを吸わない人の **約2倍!**



現在・過去喫煙者と生涯非喫煙者の重症化リスク比

	重症	非重症	重症化率
タバコを吸っている人、 または吸ったことがある人	38人	120人	31.7%
タバコを吸ったことがない人	134人	793人	14.5%
リスク比 (タバコを吸っている人、または吸ったことがある人/タバコを吸ったことがない人)			<u>2.19</u>

中国の新型コロナウイルス感染症患者の臨床所見から（松崎道幸さん提供）を一部改変

**受動喫煙も呼吸器感染症のリスクを
上昇させます!**

換気扇の下での喫煙も、自室にこもっての喫煙も、タバコの煙は漏れてしまいます。また、屋外で喫煙しても、肺の中に残ったタバコの有害物質は **40分** にわたって呼気に排出されつづけます。（三次喫煙）」紙巻きタバコも加熱式タバコでも受動喫煙は生じます。※3



※3 日本禁煙学会 緊急意見表明 禁煙科学 14巻(2020)-04-P1より抜粋

タバコをやめれば1ヵ月ほどで血液の流れが良くなり、体の調子が良くなり免疫力がついてくると言われています。今タバコを吸っている人も、ぜひこの機会に禁煙を考えてみてはいかがでしょうか…？ 南丹管内には禁煙外来がある医療機関もあります！一緒にがんばりましょう！



きょうと健康長寿推進京都丹波地域府民会議
京都府南丹保健所 保健課 健康・母子保健支援係
Tel:0771-62-4753 タバコ対策担当