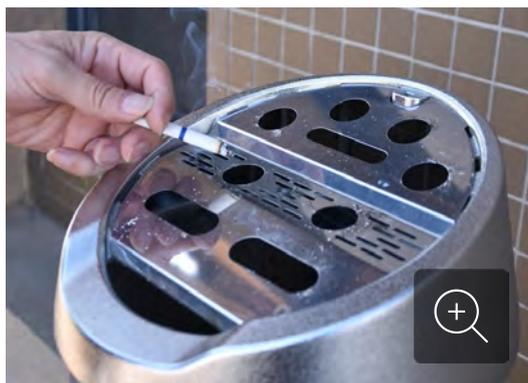


# たばこを吸い始めた年齢とリスクの関係 若いほど高まる死亡率と依存度

社会 | 速報

毎日新聞 | 2022/5/31 11:00 (最終更新 5/31 12:54) 有料記事 1454文字



タバコと灰皿 = 益川量平撮影

5月31日は世界保健機関（WHO）が定める「世界禁煙デー」。改正民法の施行で4月から成人年齢が18歳に引き下げられたが、たばこや飲酒は20歳以上のままだ。たばこを吸い始めた年齢が

若いと、がんでの死亡率が高くなる――。背景にはそうした研究結果がある。

喫煙者が吸うたばこの煙には約5300種類の化学物質が含まれており、発がん性のあるものは約70種類に上る。肺がんや食道がんなどさまざまながんの原因になるほか、脳卒中や動脈硬化、肺の病気を引き起こすことが分かっている。また、たばこから出てくる副流煙にも有害物質が含まれ、煙を吸わされる人の肺がんや脳卒中などのリスクが高まることから、2019年から20年にかけて受動喫煙対策が強化された。

喫煙開始年齢が早いと、どんな影響があるのか。

厚生労働省が16年に公表した「喫煙の健康影響に関する検討会報告書（通称・たばこ白書）」では、未成年者への影響について「喫煙開始年齢が若いと、その後の人生で喫煙本数が多くなり、ニコチン依存度がより重く、禁煙が成功しづらく、喫煙年数や生涯の喫煙量が多くなり、その結果、死亡や病気の発症リスクが増加することが国内外の研究で一致して示されていた」とまとめている。

たとえば、たばこを吸い始めた年齢が若いと、がんや心臓病での死亡率が高くなるとの日本の研究結果を神奈川県が子ども向けのリーフレットで紹介している。がんの場合、男性が19歳以下で吸い始めると、吸わない人に比べて40～69歳での死亡率が2・11倍、20～24歳で吸い始めると1・71倍、25歳以上だと1・65倍になる。

また、吸い始めた年齢が若い人ほど、ニコチン依存度が高いとの国の調査結果もある。たばこの健康影響に詳しい地域医療振興協会ヘルスプロモーション研究センターの中村正和センター長は「若い頃から吸い始めると、たばこをやめたいと思ってもやめにくい重度の依存症になりやすい。また、受動喫煙と同じように、量が少なくても長い期間吸い続けると肺がんになりやすくなる。喫煙期間が長くなる若い頃からの喫煙は害が強くなる」と指摘する。

だが、こうしたリスクを知らない人も多い。国立がん研究センターが31日に公表した成人年齢とたばこについてのインターネットによる調査（20歳以上の2000人が対象）では、18、19歳は喫煙が禁止されていることを「知らなかった」「あまりよく知らなかった」と回答した人を合わせると全体の31・4%だった。18～19歳を対象に尋ねても10%に上った。喫煙開始年齢が若いと病気のリスクが高まることも十分に知られていなかった。

20歳になった時にたばこを吸ってみたいと思った人のうち、きっかけについて「家族が吸っていて、身近にあった」と答えたのは52・0%（複数回答）に上った。このため、同センターたばこ政策情報室の平野公康室長は「若年層の喫煙開始を防ぐには、子どもの前でたばこを吸わないことが大事だ」と指摘する。

また、調査結果では「20歳になった時、たばこを吸ってみたいと思った」と回答した人は、喫煙者では61・3%だったのに対し、非喫煙者では20・5%と少なく、20歳になった時に吸ってみたいと思ったかどうか、その後の喫煙状況に影響を与える可能性があることも分かった。

平野室長は「中高生の喫煙率が下がっているのに対し、20代が下がらないのが問題。健康リスクを知ってもらい若年成人の喫煙開始を防ぐための取り組みが必要だ」と話している。