

健康クイズ

Q 「三次喫煙」の説明として正しいのは？



- ① おやつのように午後3時にたばこを吸うこと
- ② 朝昼晩、3度の食事の後にたばこを吸うこと
- ③ たばこを消した後に残留する化学物質を吸い込むこと

A ③ たばこを消した後に残留する化学物質を吸い込むこと

一次喫煙とは喫煙者本人がたばこの煙を吸い込むことです。二次喫煙とは、たばこから立ち上る煙や喫煙者が吐き出した煙を周りにいる人が吸い込んでしまうことで、受動喫煙とも言われます。そして、実はたばこを消した後も、たばこ由来の化学物質は喫煙者の髪や服、部屋のカーテンやソファなどに付着して残留しています。それが放散されて有害物質を吸い込んでしまうのが三次喫煙で、たばこは消した後でも影響が残るのです。

Q 加熱式たばこや電子たばこも健康への影響がある？



- ① はい
- ② いいえ

A ① はい

以前から知られる紙巻きたばこ以外に、最近では加熱式たばこや電子たばこといった新型たばこが販売されるようになりました。加熱式たばこは、たばこの葉を電氣的に加熱して吸い込むものであり、たばこの葉を使っているのにニコチンなどの有害物質が含まれています。電子たばこでは、様々な香りのついた液体を加熱して気化したものを吸い込みます。たばこの葉を使っているとはいえませんが、発がん物質が発生する可能性もあり、健康への影響が懸念されています。

Q ノンアルコール飲料は
子どもが飲んでもいい？



- ①はい
- ②いいえ

A ②いいえ

ノンアルコール飲料とは、含有アルコール量が1%未満の飲料とされています。最近では「アルコール0.00%」のものも販売されるようになりました。それらは見た目や味、香りなど、お酒に大変似せて作られています。そのため、こうしたノンアルコール飲料が入り口となって、子どもが本当のお酒を飲むことにつながってしまう危険性があります。メーカー側も20歳以上の大人を対象に販売しており、子どもにはすすめられません。

Q 合法ハーブなどと称して
販売されている薬物は、
いま何と呼ばれている？



- ①危険ドラッグ
- ②法外ドラッグ
- ③違反ドラッグ

A ①危険ドラッグ

以前は「合法ハーブ」「脱法ドラッグ」などと呼ばれており、軽い気持ちで手を出しやすく、使用しても何も問題がないような印象を与えがちでした。それらの多くはお香、アロマオイル、バスソルトなどと目的を偽装して販売されており、体にどんな影響を及ぼすかわからない危険な成分が含まれていることもあります。そこで厚生労働省と警察庁が新名称を募集し、危険性が高いことがより明確になるよう2014年7月から「危険ドラッグ」と呼ばれるようになりました。