



電子タバコは健康的？

最近では公共スペースや店舗の禁煙や分煙が広がっています。そんな中、話題の電子タバコに興味のある方も多いと思います。

2020年の東京オリンピックおよびパラリンピックを控え、受動喫煙防止強化のための厚労省の健康増進法改正案は今年3月の時点で電子タバコも規制対象の「たばこ」に含めるとの方針を示しています。（この方針は今後の安全性の研究により変わる可能性を含んでいるようですが。）電子タバコには多

種ありますが、大まかなしくみは乾燥葉または液体を加熱して発生するエアゾルを吸入するというものです。従来のタバコと比べて体や環境に良いと謳われていますが、実際のところはどうなのでしょう。



電子タバコについての賛否両論を簡単に表にまとめてみました

賛成派

- ① 従来のタバコから電子タバコへ移行することで禁煙補助となる
- ② 副流煙がないため受動喫煙を防げる
- ③ 従来のタバコの有害性を95%削減できる（英国公衆衛生庁の発表による）
- ④ 火を使用しないので火傷や火災の心配がない

反対派

- ① 従来タバコとの二重使用によりリスクが増大
- ② 電子タバコ数種の蒸気から発がん性のある有害物質が検出された（厚労省の国内販売製品の調査より）
- ③ がんや心疾患等のリスクについて長期的影響が未だ不明
- ④ 青少年の喫煙への入り口になる恐れがある

以上のようにいろいろな見解があり、今のところ電子タバコの健康への影響については確定的なことは言えません。海外諸国の対応も英国のように禁煙補助として肯定的なところからシンガポールのように全面的に禁止するところまで様々です。というのも電子タバコについてはエビデンスの蓄積が十分でなく、世界で一定のコンセンサスが得られていないからです。WHOによると「電子タバコの安全性はいまだ不明なところが多くさらなる臨床試験の必要がある」ということです。

今後日本でも電子タバコはさらに普及していく可能性が高いと思われませんが、健康被害の危険性を常に念頭においておくことが必要でしょう。