

# 加熱式タバコ Q&A



**Q** 加熱式タバコで禁煙にチャレンジできますか？

**A** **できません。**

国立がん研究センターの調査研究では加熱式タバコを使用した場合の禁煙成功率は、通常よりも37%低下するとの報告もあり、かえってニコチン依存を助長すると考えられています。

**Q** 加熱式タバコは周囲に対する害は無いですか？

**A** **加熱式タバコでも受動喫煙は生じています。**

加熱式タバコからは目に見えない形の蒸気が発生しています。煙や臭いが少ないので気付かないうちに周りに受動喫煙の害を与えてしまっていることも考えられます。

**Q** 加熱式タバコに替えると、健康の心配は無くなるのでしょうか？

**A** **大きな間違いです。**

加熱式タバコに替えても、紙巻タバコと同じくらいの量のニコチンが体に入るため、少なくとも心筋梗塞や脳梗塞のリスクは変わりません。

また、現在研究報告されているのは、ごく一部の化学物質の量で、現段階では加熱式タバコを長期に吸引した場合の有害性はまだ確認されていないのが現状です。

たばこの体への悪影響は、タバコの軽さや喫煙本数ではなく、喫煙を毎日継続することにより発生するという研究報告もあります。