



日本禁煙学会

http://www.jstc.or.jp/ E-mail desk@nosmoke55.jp  
 〒162-0063 東京都新宿区市谷薬王寺町30-5-201  
 Tel 03-5360-8233 FAX 03-5360-6736

タバコは嗜癖形成性薬物である

依存性はコカイン・ヘロインに次ぎ、アルコール・覚せい剤を上回る  
 毎年10数万人の命を奪う最大の健康危険因子の一つ

一般社団法人 日本禁煙学会 理事長 作田 学 理事 松崎道幸  
 2018年6月24日

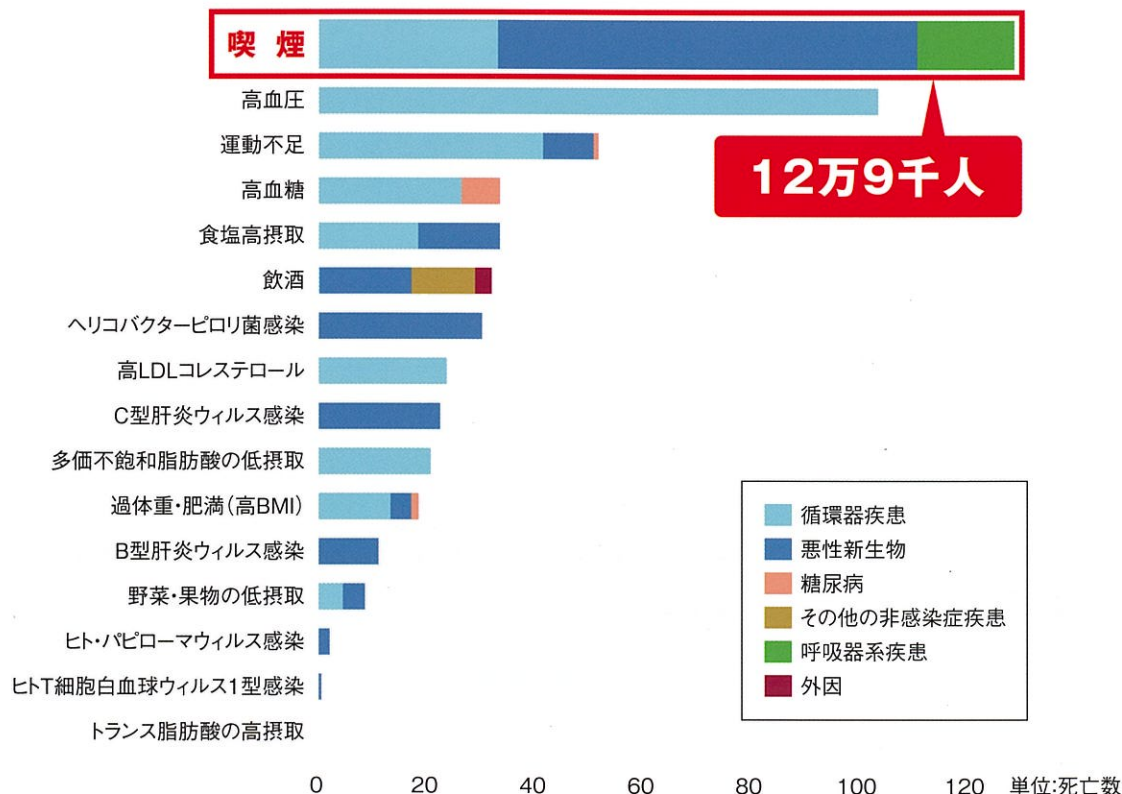
タバコは日本人の健康寿命\*を縮める最も大きな原因の一つである。2007年には12万人以上が能動喫煙による死亡者が2007年に12万人台、受動喫煙による死亡者は2010年に6,800人、2016年に1万5千人となった。現在はタバコによる死亡者総数が15万人台に増加していると推計される。

\*健康で過ごせる寿命

非感染性疾患と外因による成人死亡の主要な2つの決定因子は喫煙と高血圧

平成24年2月27日たばこアルコール担当者講習会 厚生労働省健康局総務課生活習慣病対策室

2007年の我が国における危険因子に関連する非感染症疾患と外因による死亡数



【出典】THE LANCET 日本特集号(2011年9月)日本：国民皆保険達成から50年  
 なぜ日本国民は健康なのか(厚生科学研究：我が国の保健医療制度に関する包括的実証研究、渋谷健司より作成)

喫煙による死亡者数の内訳

	喫煙による年間死亡者数	受動喫煙による年間死亡者数	出典
世界	540万人	60万人	WHO世界のたばこの流行に関する報告書2011年版
日本	12~13万人 <sup>※1~3</sup> 年間死亡者数119万人(H22)の約1割	6,800人 <sup>※4</sup> 肺がん、虚血性心疾患のみ計上	※1 Katanoda K, et al.2008 ※2 Murakami Y, et al.2011 ※3 Ikeda N, et al.2011 ※4 片野田ら、2010

死亡数の比較(日本)

死亡原因	年間死者数	調査時期など
受動喫煙	15,000人	控えめな推計 2016年
交通事故	3,904人	2016年
アスベスト汚染	1,505人	中皮腫 2015年
労働災害	972人	2016年
他殺	314人	2015年
食中毒	6人	2015年

【出典】労災死 <http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000124353.html>  
 他殺 [http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakutei/15/dl/11\\_h7.pdf](http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakutei/15/dl/11_h7.pdf)  
 食中毒死 [http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/shokuhin/syokuchu/04.html](http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/syokuchu/04.html)  
 アスベスト <http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/tokusyuu/shuuhisyyu.pdf>  
 交通事故 <http://www.jtsa.or.jp/topics/T-274.html>

タバコによる犠牲者数を抜本的に減らすためには、ニコチン依存症を克服して禁煙を達成することが重要である。

ところで、「麻薬」や「覚せい剤」のほうがタバコよりもはるかに依存性が強いと思っている方は驚かれるかもしれないが、タバコ(ニコチン)は覚せい剤やアルコールよりも強い依存性をもたらす「薬物」であることが多くの研究で明らかになっている。

たとえば、2007年に医学雑誌ランセット(The Lancet)に発表された論文によると、合法および非合法ドラッグ20種の依存性スコアを算定した結果、タバコ(ニコチン)はヘロイン、コカインなどの麻薬に次いで、3番目に依存性の強い薬物であることが分かった。ちなみに、アルコールは6位、覚せい剤(アンフェタミン)は8位だった。タバコはヘロイン・コカインに次ぐ高度の依存性を持ち、アルコール・覚せい剤よりも強力である。