

サードHANDスモークを知っていますか？

サードHANDスモークは、タバコや電子タバコを吸った人が放出する煙や、服や髪、家具についたタバコの煙が、部屋に残り、呼吸すると体に悪影響を与えることを指します。

サードHANDスモークは、「残留受動喫煙」「三次喫煙」とも言います。



特に赤ちゃんや小さな子どもは、カーテンやソファなどと距離が近く、触ったりなめたりすることもあるため、影響を受けやすいと言われています。

次の方法ではサードHANDスモークを予防できません。

➤ **換気扇の下でたばこを吸う**

換気扇を回していてもそのにおいや有害物質を排除できません。



➤ **空気清浄機を使う**

たばこの煙の成分は気体と粒子に分けられ、その95%は気体です。空気清浄機で除去できるのは、粒子の成分のみで、有害物質を含む気体は未処理のまま空気中に再放出されます。

➤ **ベランダで吸う**

ベランダでたばこを吸ってもサッシの隙間からたばこの粒子が部屋に入り込むことが分かっています。また、喫煙後、息から有害物質が30～45分出続けているというデータもあります。



～大切な子どもをサードHANDスモークから守るために～

- ◆ 子どもの生活空間でたばこを吸わない。
- ◆ たばこを吸った後は子どもに近づかない。
- ◆ たばこの煙やたばこの臭いがするところに子どもを近づけない。
- ◆ 服や布製品などに煙がついた場合は、洗濯をする。
- ◆ 畳やフローリングは掃除機だけでなく、拭き掃除をする。
- ◆ 禁煙する。※保険適応で禁煙治療することができます。

