



健康づくりセンター

妊婦さんへのたばこの影響

〇たばこの煙

たばこの煙には有害物質が数多く含まれており、主にニコチン・タール・一酸化炭素があり、このような有害物質は、肺がんを発症するだけではなく脳卒中や循環器疾患、歯周病等様々な病気の原因になります。

〇妊娠中や出産後の喫煙

女性の喫煙は、妊娠する能力の低下や妊娠期間が短縮し、早産のリスクが高くなります。また、胎児の成長が制限され、小さなお子さんが生まれる原因となります。出生後の乳児期において、たばこの煙は、乳児突然死症候群を引き起こす原因にもなると言われています。母乳も喫煙量に比例して分泌量が減少していくことやニコチンが母乳に影響し、授乳後にお子さんが嘔吐や下痢などを引き起こすとされています。

町では、妊娠届出時にアンケートにご協力いただき、妊娠中の喫煙について調査をしています。令和元年度妊娠届出時アンケート結果の中で、妊婦さんが喫煙をしている割合は1・7%、家族が喫煙をしている割合は50・4%でした。

妊婦さんが喫煙をしていなくても、身近な家族が喫煙をすることで、受動喫煙により健康を害することがあります。妊婦さんの前で喫煙をしていなくても、喫煙後は息の中や身体にまわりついている空気に有害物質が含まれています。「たばこの臭いがする」と感じたときには、有害物質を体内に吸い込んでいるので注意が必要です。

〇禁煙を始めましょう

たばこの煙の影響は、妊婦さんの体だけでなくお腹のお子さんへも大きな影響を与えます。妊娠を考えている方、そのご家族は、新しく迎えるお子さんのためにも、ぜひ禁煙を始めましょう。

ニコチンの依存度は、麻薬と同じくらいとても強いです。禁煙は一人の力だけでなく、周りのサポートが必要で、また、かかりつけ医師や禁煙外来に相談する方法もあります。一人で悩まずに、早めに相談しましょう。

問健康こども課健康づくり班

☎(82)3400

※休日当番医は、都合により変更になる場合があります。
※昼休みの時間は、各医療機関へお問い合わせください。



休日当番医

診療時間 とき	午前9時～午後5時		午前8時30分～午後5時	
			内科系	外科系
5月2日 (日)	城西クリニック(東金) ☎0475-52-8181	大平医院(山武) ☎86-6012	九十九里ホーム病院(匝瑳) ☎72-1131	
5月3日 (月・祝)	はにや内科(大網白里) ☎0475-70-1500	京葉内科クリニック(山武) ☎0475-82-2400	椎名医院(匝瑳) ☎72-0032	東葉クリニック八日市場(匝瑳) ☎73-3311
5月4日 (火・祝)	鈴木クリニック(大網白里) ☎0475-71-2033	あきば伝統医学クリニック(山武) ☎0475-86-3711	東陽病院(横芝光) ☎84-1335 [診療時間:午前8時30分～午後5時15分]	
5月5日 (水・祝)	うじはらクリニック(大網白里) ☎0475-73-3320	明海クリニック(山武) ☎0475-80-5355	佐藤クリニック(匝瑳) ☎73-5567	匝瑳市民病院(匝瑳) ☎72-1525
5月9日 (日)	とうがね中央糖尿病腎クリニック(東金) ☎0475-54-2421	よしみ医院(山武) ☎0475-82-8676	榎垣内科循環器科医院(匝瑳) ☎73-2552	匝瑳市民病院(匝瑳) ☎72-1525
5月16日 (日)	秋葉医院(東金) ☎0475-52-2039	松尾クリニック(山武) ☎86-6482	東陽病院(横芝光) ☎84-1335 [診療時間:午前8時30分～午後5時15分]	
5月23日 (日)	ふるがき糖尿病内科医院(東金) ☎0475-52-7022	睦岡クリニック(山武) ☎0475-80-8001	九十九里ホーム病院(匝瑳) ☎72-1131	
5月30日 (日)	橋本医院(大網白里) ☎0475-72-0134	鈴木医院(横芝光) ☎82-0126	福島医院(匝瑳) ☎72-0175	匝瑳市民病院(匝瑳) ☎72-1525
6月6日 (日)	高橋医院(九十九里) ☎0475-76-3101	高橋医院(山武) ☎0475-82-2450	東陽病院(横芝光) ☎84-1335 [診療時間:午前8時30分～午後5時15分]	
6月13日 (日)	とうがね中央糖尿病腎クリニック(東金) ☎0475-54-2421	岩崎医院(山武) ☎86-2217	石井医院(匝瑳) ☎73-2150	熱田整形外科(匝瑳) ☎72-1110
6月20日 (日)	ふるがき糖尿病循環器クリニック(大網白里) ☎0475-70-0801	日向台クリニック(山武) ☎0475-88-1491	小川内科(匝瑳) ☎73-2658	匝瑳市民病院(匝瑳) ☎72-1525
6月27日 (日)	岡崎医院(東金) ☎0475-52-3313	山崎医院(横芝光) ☎82-0561	九十九里ホーム病院(匝瑳) ☎72-1131	

問山武郡市広域行政組合消防本部指令課 ☎0475-55-0119

匝瑳市横芝光町消防組合消防本部警防課 ☎72-0119