ほけかん+だより

お話
大分大学保健管理センター
加隈 哲也 准教授

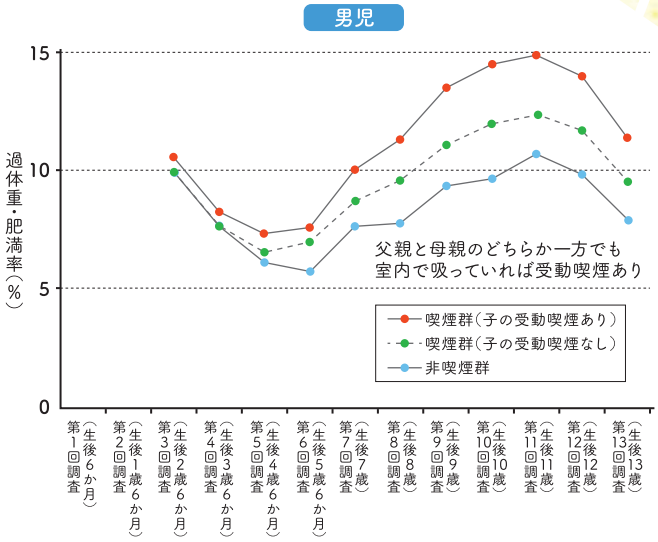
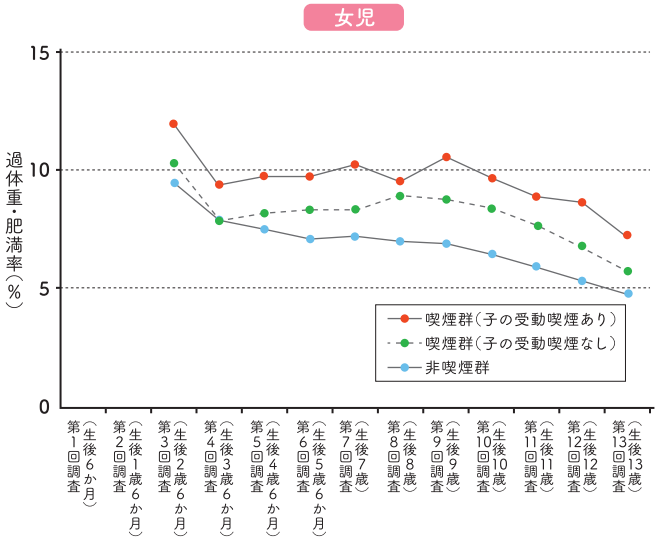
親が喫煙すると子どもの肥満が増える

「タバコを止めると太る！」…よく聞く言葉です。喫煙で動脈硬化症が悪化するのは明白なのですが、禁煙で体重が増加し、肥満症・生活習慣病が悪化するのも避けたいところです。生活指導の上で悩ましい事象のひとつになるわけですが、ではタバコを吸い続けると太ってくる方がいるのをご存知でしょうか？ それは小児なんです。

小児期に親が喫煙する子どもは、親が喫煙しない子どもに比べて、過体重・肥満率が高いことが、厚生労働省の調査でわかってきました。図1に「21世紀出世児縦断調査」の結果を示しています。これは、厚生労働省が、2001年に全国で出生した子を対象に、長年にわたって追跡している縦断調査で、生後6ヶ月の乳児（約2万5000人）に対して、親の喫煙状況を調べ、2歳6ヶ月以降、定期的に過体重・肥満率を集計したものです。親の喫煙状況については、タバコを室内でも室外でも吸う場合は「喫煙群」（子の受動喫煙あり）、タバコは吸うが室内では吸わない場合は「喫煙群」（子の受動喫煙なし）、タバコを吸わない場合は「非喫煙群」の3つに分類して比較しています。男児・女児ともに「非喫煙群」に比べ、「喫煙群（子の受動喫煙あり）」と「喫煙群（子の受動喫煙なし）」の過体重・肥満率が高く、特に「喫煙群（子の受動喫煙あり）」の過体重・肥満率は、すべての月齢において高いことがわかると思います（図1）。これらの傾向は、親の特徴や家族構成等の生活環境、生活習慣などの要因を考慮すると縮小するものの、統計的に有意であることが確認されています。子どもの受動喫煙は、呼吸機能の低下、せきやぜんそくなどの症状と関係が深いことは明白ですが、小児肥満にも関わっていたのです。これは前向き研究と考えられますので、親がタバコをやめると、小学生男児の肥満者が、実に5%も減ると解釈されます。子どもの肥満症・生活習慣病の原因はこんなところにも関係しているんですね。

図1 21世紀出生児縦断調査（平成13年出生児）特別報告の概況（厚生労働省2017年3月28日）

第1回調査時点の受動喫煙の有無別にみた対象児の過体重・肥満率：男児



第1回調査時点の受動喫煙の有無別にみた対象児の過体重・肥満率：女児