たばこの健康影響に関する見解（令和8年7月時点）



- 紙巻たばこでは、能動喫煙、受動喫煙ともに健康影響が明らかになっています。
- 加熱式たばこでは、能動喫煙、受動喫煙ともに、長期的な健康影響は現時点で明らかになっていませんが、発がん物質を含む有害物質は主流煙、副流煙から検出されており、能動喫煙、受動喫煙ともに健康影響がある可能性が否定できません。なお、現時点で加熱式たばこが紙巻たばこより健康への影響が低いというエビデンスは確認されていません。

		紙巻たばこ		加熱式たばこ	
		能動喫煙	受動喫煙	能動喫煙	受動喫煙
WHOにおいて既公表の見解	成分	**7,000種類以上の化学物質**が含まれ、そのうち**250種類以上が有害または発がん性**がある[1]。	副流煙には、ホルムアルデヒドやベンゼンなど**数百種類の有害物質（発がん物質含む）**が含まれる[3]。	紙巻たばこには含まれない**発がん物質**と、**遺伝子に悪影響を与える可能性がある物質**が含まれている[4]。 有害物質を計測する標準的な測定方法が**まだ確立されていない**ため、比較を行うことは難しい[4]。	室内の潜在的発がん物質等の濃度は、WHO が推奨する**限界値を超える濃度**になるとの報告がある[3]。
	健康影響	年間**700万人以上の死亡の原因**である[2]。 **肺がん、心疾患、COPD**による死亡の原因である[1]。	受動喫煙で年間**160万人が死亡**している[2]。受動喫煙に、**安全なレベルはない**[3]。 受動喫煙は、肺がん、心疾患、COPDによる死亡の原因である[1]。	加熱式たばこについては、**独立した研究が不足しているため、長期的な健康影響は不明である**[5]。 心臓や血管への影響は、紙巻たばこと**同じくらいの危険性がある可能性**がある[5]。 加熱式たばこには、紙巻たばこと同程度のニコチンが含まれている。ニコチンは非常に依存性が高く、**特に子どもや青少年の健康に悪影響を及ぼす**ことが知られている[5]。	加熱式たばこの煙にさらされると、喘息や喘息のような症状、のどの痛み、頭痛、胸の痛みなどが起きる可能性があるとする報告がある[3]。
厚生労働科学研究等での知見	成分	**5,000種類以上**の有害物質が含まれている。発がん物質も約70種類ある[6]。	副流煙に含まれる化学物質は、主流煙に含まれる成分とほぼ同じである。また、含まれる量は、**主流煙より副流煙の方が多い**[6]。	発がん物質が含まれており、そのうちの一部は、**肺がんのリスクが懸念される量**である[7]。 ニコチン等の一部の有害物質は、健康影響が生じる量を超えている可能性がある。特に、ニコチンの量は、**心機能への影響が強く懸念**される[7]。 主流煙の成分比較では、紙巻たばこと比較すると、発がん物質と非発がん物質ともに、製品によっては、**加熱式たばこの方が量が多い場合**がある。なお、一酸化炭素などの燃焼由来成分の場合は、加熱式たばこの方が概ね低い[7]。	副流煙から、**発がん物質を含む有害物質が検出**されているとする報告がある[7]。 **有害物質が空気中に発生**することが**強く懸念**されるとする報告がある[7]。
	健康影響	**肺がんを含めた様々ながん、虚血性心疾患、脳卒中**、早産、歯周病、ニコチン依存症等との因果関係が明らかである[6]。	**肺がん、虚血性心疾患、脳卒中、乳幼児突然死症候群**との因果関係が明らかである[6]。	**高血圧などの循環器疾患、ニコチン依存への影響**が**強く懸念**される[7]。	煙にさらされた人の生体試料からニコチンや発がん物質の代謝産物が検出されることが報告されており、受動喫煙による**有害物質への曝露**が懸念されるとする報告がある[7]。

青:すでに悪影響が明らかとなっている　黄:紙巻たばこ比較した知見　⚠ マーク:悪影響につながる知見が一つでもある

1.Effects of tobacco on health（WHO,2025）
2.Tobacco（WHO,2025）
3.Tobacco Control Playbook: comprehensive smoke-free legislation: an essential component of tobacco control strategy（WHO European region,2025）
4.FCTC/COP/10/10 Comprehensive report on research and evidence on novel and emerging tobacco products, in particular heated tobacco products, in response to paragraphs 2(a)–(d) of decision FCTC/COP8(22)（WHO,2023）
5.Heated tobacco products: information sheet - 2nd edition（WHO,2020）
6. 喫煙と健康　喫煙の健康影響に関する検討会報告書（通称：たばこ白書）、2016
7. 厚生労働行政推進調査事業費補助金（厚生労働科学研究事業）研究代表者：牛山明,2025

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

なくそう！望まない受動喫煙。