



スワンスワンデー

毎月22日(禁煙の日)禁煙チャレンジ!

「加熱式たばこ」は大丈夫?

加熱式たばことは?

たばこ葉を燃やさず電気で
加熱して、発生する蒸気を吸引するものです。



害は無いって
本当かな?



よくある誤解



水蒸気だから
害はない!



加熱式たばこは
禁煙しやすい。



煙が出ないから、人に迷惑は
かからない。



本当のこと



ニコチン(有害物質)が含まれてい
る。ニコチン依存により禁煙に至ら
ない場合が多い。



喫煙者の呼気に有害物質が含ま
れており、受動喫煙が発生してい
る。



**加熱式たばこは禁煙の手段としては効果的ではなく、
依存性や健康リスクがあります!**



加熱式たばこも保険診療の治療対象となりました。

健康保険が適用される禁煙支援医療機関は

