

1日の喫煙本数1本未満でも肺がんによる死亡リスクは9倍

米国では1日の喫煙本数が10本未満の喫煙者が増えており、将来的にその割合は上昇すると考えられる。しかしながら、生涯にわたり1日に数本の喫煙をし続けた場合の健康への影響は、ヘビースモーキングの場合ほどはわかっていない。そこで本研究では、1日1本未満または1～10本の長期喫煙と全死因死亡率・原因別死亡率との関連について評価した。

米国において、2004～2005年に59～82歳であった290,215人（男性57.9%、平均年齢71歳）を対象に前向きコホート研究を実施した。過去の喫煙歴を調べるアンケートによりデータを集めた。その結果、試験開始時に1日1本未満または1～10本の喫煙習慣であった人のほとんどが、それ以前の喫煙本数はより多かったが、各年齢層でいつも変わらず1日1本未満または1～10本と報告していた人はそれぞれ9.1%と22.5%であった。全死因死亡リスクは非喫煙者に比べ、1日1本未満と1日1～10本の現喫煙者で高く、ハザード比はそれぞれ1.64、1.87であった。全死因死亡率における関連性は男女で同様で、喫煙にかんれんする死亡原因、とくに肺がんとの関連が強かった（ハザード比は1日1本未満で9.12、1～10本で11.61）。1日1本未満または1～10本の喫煙習慣であった元喫煙者では、禁煙した年齢が若いほどリスクは低かった。

したがって、1日の喫煙本数が1本未満や1～10本での長期喫煙者は非喫煙者と比べて死亡リスクが高く、また禁煙によって便益があることも示された。これらの結果から、喫煙量にはリスクのないレベルというものはないことが示唆された。

出典：Journal of American Medical Association. Internal Medicine. 2017; 177(1): 87-95