



女性とたばこ



近年男性の喫煙者は減少傾向にありますが、女性の喫煙者（特に若い世代）は増えています。

たばこは美容面や妊娠、出産など多くの面で悪影響を与えます。

美肌の大敵!!

- ビタミンCは抗酸化物質として、しみ（色素沈着）、しわ、にきびなどの予防や治療に重要ですが、喫煙により減ってしまいます。
- コラーゲンの産生が低下し、皮膚を支える弾性繊維が障害を受けて皮膚のしなやかさ、潤い、はりが損なわれます。
- 女性にとって重要なホルモンの1つであるエストロゲンが減り皮膚の乾燥や萎縮がおこります。

白い歯が危ない!!

タールなどのヤニによる歯の着色が起こります。さらに、ざらざらした表面には歯垢（しこう、プラーク）が付着して歯周病の原因になります。

赤ちゃんが危ない!!

妊婦の喫煙は流産や早産の危険が増し、低体重児での出産の確率も高くなります。

禁煙をお考えの方に!



いつ禁煙をはじめても遅いということはありません。
禁煙を始めた時から体は改善していきます。
禁煙については薬剤師にご相談ください。

