



第七回みやぎ禁煙指導研究会

日 時：令和6年11月9日(土) 15:30～17:30

場 所：エル・パーク仙台5階セミナーホール

主 催：NPO法人禁煙みやぎ

認 定

日本禁煙学会認定5単位 禁煙サポーター
宮城県薬剤師会認定禁煙支援・指導薬剤師更新研修

問い合わせ先 金上病院内 NPO法人禁煙みやぎ事務局

TEL 0224-63-1032

テーマ 多職種による禁煙支援

司 会 富 永 敦 子 宮城県薬剤師会副会長 禁煙みやぎ理事

開 会 挨 拶 山 本 蒔 子 禁煙みやぎ理事長

講演 座長 菅 野 庸 禁煙みやぎ理事

講演 I 15:35 ～

喫煙関連疾患と多職種による禁煙指導

山 本 蒔 子 禁煙みやぎ理事長

講演 II 16:15 ～

加熱式タバコの害

安 達 哲 也 東北医科薬科大学呼吸器内科 禁煙みやぎ理事

情報提供 I 16:55 ～

太白区における個別禁煙指導の実際

柳 澤 成 美 氏 太白区家庭健康課健康増進係 保健師

情報提供 II 17:10 ～

「仙台市歩行喫煙等の防止に関する条例」 の問題点と改正への視点

齋 藤 泰 紀 宮城県結核予防会 禁煙みやぎ副理事長

閉会の挨拶 佐 藤 宗 子 宮城県結核予防会 禁煙みやぎ理事

講演Ⅰ 喫煙関連疾患と多職種による禁煙指導

東北大学病院禁煙外来担当

NPO法人禁煙みやぎ理事長 **山本 蒔子**

はじめに

永年、病院やクリニックで禁煙外来を開設し禁煙治療を行っている。残念に思うのは、すでに喫煙関連疾患に罹患してから禁煙外来を初めて受診する患者が多いことである。また、既往歴ですでに喫煙関連疾患が発症しており、治療もされているにもかかわらず、再喫煙をしてさらに重症な疾患を発症している患者が多い事である。症例を提示し、再喫煙の予防について検討する。

症例

1. 59歳男性 左腎動脈の狭窄部にステントを挿入するために入院、事前に禁煙が必要として腎・高血圧内科から紹介。
2. 73歳男性 心筋梗塞で、冠動脈に5個のステントをすでに挿入されている。再喫煙をしているために、治療には禁煙が必要として循環器内科から紹介された。
3. 75歳男性 COPD の治療中に肺がんが発見されて、手術のために大学病院に紹介された。禁煙しなければ、入院も手術も出来ないと言われ、呼吸器外科より禁煙外来を紹介された。

治療後の再喫煙の防止について

2症例においては、すでに喫煙関連疾患に罹患し治療を受けているにもかかわらず、退院後は再喫煙をしている。これ等の症例に、医師を初め多くの医療従事者が接しているはずである。入院中は喫煙者でも病院が禁煙であり、さすがに治療中は禁煙している。しかし、再喫煙を予想して指導しなければ、ほとんどの患者は1か月後位までに再喫煙をしている。入院をきっかけにして出来た禁煙を続けるために、退院時こそ、以下のような禁煙指導を必ずしなければならない。担当する医師、看護師、薬剤師の役割が大切である。入院中に栄養士が栄養指導をする際にも、同様の指導が必要である。

- ① 1本吸ってしまうといつの間にか、元に戻ってしまうので、「1本位は大丈夫」という考えは捨てる。
- ② 再喫煙をすれば、再発するか、もしくはまた別の喫煙関連疾患にかかる。
- ③ 吸いたくなった時にはどのように対処するかを指導する。
- ④ 吸いたくなる習慣を止める。
- ⑤ 吸いたくなる食べ物や飲み物の脂っこい食事、コーヒー、アルコールを止める。吸いたくならない食べ物の果物、野菜、乳製品を取る。
- ⑥ 退院時のみならず、再来受診時にも喫煙していないかを確認する。

喫煙関連疾患

- ▶ がん：口腔咽頭がん 喉頭がん 食道がん 気道・気管支・肺がん
急性骨髄性白血病 胃がん すい臓がん 肝臓がん 大腸がん
腎・尿管がん 子宮頸がん
- ▶ 動脈硬化による疾患：脳卒中 大動脈瘤 若年成人期からの腹部大動脈の硬化 冠動脈疾患 動脈硬化性末梢動脈疾患 糖尿病
- ▶ 呼吸器疾患：慢性閉塞性肺疾患（COPD） 肺炎 結核 喘息 その他の呼吸器疾患 自然気胸
- ▶ 産科疾患：女性の生殖機能低下（妊娠率低下） 流産 周産期出血性疾患 異所性妊娠 低体重児 先天性異常；口唇・口蓋裂 先天性心疾患 将来肥満や糖尿病を発症しやすい
- ▶ 男性生殖器疾患：性機能低下（勃起機能不全） 精子の減少 不妊症
- ▶ 消化管・胆肝膵疾患：胃・十二指腸潰瘍 慢性肝炎 胆のう炎 膵臓炎
- ▶ 骨・関節疾患：大腿骨近位部骨折（高齢女性） 関節リウマチ
- ▶ 皮膚疾患：smoker's face（深いしわ、小じわが増える、くすんだ肌、ほほのコケ）
掌蹠膿疱症 バージャー病の皮膚症状
- ▶ 眼科疾患：失明 白内障 加齢黄斑変性 緑内障
- ▶ 耳鼻科疾患：難聴 中耳炎 嚁声 ポリープ様声帯
- ▶ 歯科疾患：歯周病 歯肉メラニン色素沈着 白板症 唾液分泌減少

講演Ⅱ 加熱式タバコの害

東北医科薬科大学呼吸器内科

NPO法人 禁煙みやぎ理事

安達 哲也

加熱式タバコを販売する会社は、煙を出さない＝「スモーク・フリー」を売り文句に「ハーム・リダクション」を印象づけてきました。日本のコンビニエンスストアの店頭には加熱式タバコの広告があり、実物を展示していることもあります。スマホ世代の若者には充電式でスタイリッシュな見た目は惹かれるものがあるのかもしれませんが。ファッション雑誌やSNSの広告もあり、このような広告はFCTC(たばこ規制枠組条約)に抵触する可能性があります。紙巻きタバコより害が少ないような印象から若者のニコチン依存へのゲートウェイになっています。若い女性の加熱式タバコの喫煙率は上がっており、小さな我が子のそばで加熱式タバコを吸っているお母さんを見かけます。加熱式タバコの有害性を理解していないからこそできる行動だと思います。加熱式タバコは発がん物質など有害な化学物質を多く発生させる点では紙巻きタバコと変わらないのです。そのことを一般市民に広く認識していただく必要があります。

情報提供 I 太白区における個別禁煙指導の実際

太白区家庭健康課健康増進係 保健師 **柳澤 成美** 氏

仙台市では、健康増進法・仙台市健康教育実施要綱・仙台市いきいき市民健康プランに基づき、喫煙者個別健康教育を実施している。今回は、太白区「禁煙チャレンジャー」における支援の取り組みについて紹介する。特に周知においては、母子健康手帳交付等の場を活用し、妊婦とその家族へも働きかけている。

対象者は、ひとりひとり異なった健康課題や社会的背景を抱えている。しかし、「区の喫煙者個別教育を利用したい」という主体的な気持ちを皆同様に持っているからこそ、初回相談につながっていると言える。勇気を持って禁煙への一歩を踏み出した対象者へ支持的に関わり、自身の健康課題に対する本当の気持ちや考え方を知るために、傾聴・尊重し受容する。

対象者の禁煙に対するモチベーションや行動変容状況も千差万別である。対象者の考えや喫煙本数を減らすための頑張り等を認め、必要時には他者の禁煙対処法を具体的に挙げながら、対象者が自身の行動変容を自己決定するための一助となるような支援を心がけている。

情報提供Ⅱ 「仙台市歩行喫煙等の防止に関する条例」 の問題点と改正への視点

宮城県結核予防会
禁煙みやぎ副理事

齋藤 泰紀

喫煙による年間死亡は 約19万人 受動喫煙により 約1.5万人 と推定されており、交通事故、火災、自然災害・事故 計約6100人/年の死亡(2022)と比較して その有害性・危険性は論を俟たない。

さまざまな施策に加え2020年改正健康増進法により屋内の受動喫煙が法的に規制され、喫煙率は減少し、男 24.8%、女 6.2% 計14.8% となった(厚労省2022)。一方、「加熱式たばこ」の割合が増加し 男30.1%、女34.4% となっている。

勾当台公園の受動喫煙問題は、周知のように、平日昼に1日500名以上が喫煙し、対応が必要であるにも関わらず、年余にわたり解決されていない。

喫煙者の「配慮」やモラルに期待しても解決困難であることは、勾当台公園や全国の政令指定都市の例をみてもあきらかであり、今般、勾当台公園の再整備工事が始まり、これが終わる 2031年3月まで 広場にある タバコの吸い殻入れは、同じ公園内に移設し周囲に囲いをする事になったが、その効果はこれまでの経緯からみても、医学的にみても、大きな疑問がある。

仙台市は「健康増進法及び本市の受動喫煙防止対策ガイドラインでは、屋外である公園については「禁煙」とまではうたわれていないことから、喫煙そのものの制限は難しい」とコメントしている。

たしかに、2020年改正健康増進法では、屋外の公共空間に対する規制は、一部を除いて「受動喫煙防止のための配慮が必要」としているのみであり、2022年国民健康栄養調査、2023年国立がんセンターの世論調査では、いずれも、受動喫煙の機会が路上において最多となっている。

そのため多くの自治体では、受動喫煙を防ぐための条例を制定して多くは過料も規定している。全国20の政令指定都市は、すべて路上喫煙(公園を含む)を制限する条例による対応が現時点では当然の対応となっており、過料も18都市で制定され(仙台市・浜松市はなし)17都市で過料の件数が公表されている。しかし、仙台市の条例は極めて異例で、そこには受動喫煙を規制する文言がない。

仙台市は「仙台市歩行喫煙等の防止に関する条例」を平成26年に制定しているが、タバコの火の危険を防止することが目的で、残念ながら受動喫煙の副流煙等による危険性やそれを規制する記述が完全に欠けている。市民の身体と財産の安全を確保するという趣旨をこれまでどおり尊重し、受動喫煙も視野に含んだ内容にするため、一部改正し、実効性を考えて過料も規定するのが常識といえよう。

既存の条例の改正は、良識ある仙台市議会なら迅速・的確に対応できると考えられる。そのためには、世論・マスコミへの働きかけ、医療系関係諸団体・学識経験者の協力、仙台市当局に対する強い働きかけが重要と考えられ、皆様のご協力を是非お願いいたします。