

「世界禁煙デーに因んで (5/31)」

すながわ内科クリニック 玉城 仁



我が国が WHO 世界タバコ規制枠組み条約 (FCTC) を受諾して、2014 年 6 月に 10 年を迎えます。この条約は、全ての人々が有する最高度の健康を享受する権利がタバコによって侵害されている現状を改善するため、世界の国々が共同してタバコ規制を進める活動を行なうに当たり、その方向性と仕組みを提供するものです。また、毎年 5 月 31 日は禁煙を推進するために制定した世界禁煙デーです。そこで、喫煙問題や禁煙支援をさらに推進する話題を 3 つご紹介したいと思います。

【16 の危険因子中、喫煙が最も死亡に寄与】

喫煙が健康に重大な影響を及ぼすことは、今や疑いようのない事実となっています。スウェーデンで 50 歳男性 2,322 名を 29.8 年間追跡した調査で、全死亡リスクを虚血性心疾患の

危険因子より検討したところ、糖尿病、高血圧、メタボリック症候群、高脂血症以上に喫煙が全死亡に寄与しているという外国の報告があります^{1),2)}。2012 年 1 月には本邦でも同様に喫煙が最も死亡リスクと関連しているという疫学データが池田らにより報告されました。喫煙、高血圧、高血糖、肥満、筋腫、運動不足、高塩分摂取など 16 の危険因子でどれだけ日本人が死亡したかを分析し、その結果、2007 年に喫煙が原因でなくなった日本人は約 12 万 9 千人、高血圧で亡くなった人は約 10 万 4 千人と推定され、喫煙が最も死亡に寄与していました³⁾。次いで高血圧、運動不足、高血糖、高塩分摂取の順でした (図 1)。肥満率日本一の沖縄県、運動不足、減量に加えて、喫煙者に対する禁煙支援も長寿県を取り戻すためには重要な対策の 1 つで無視できません。

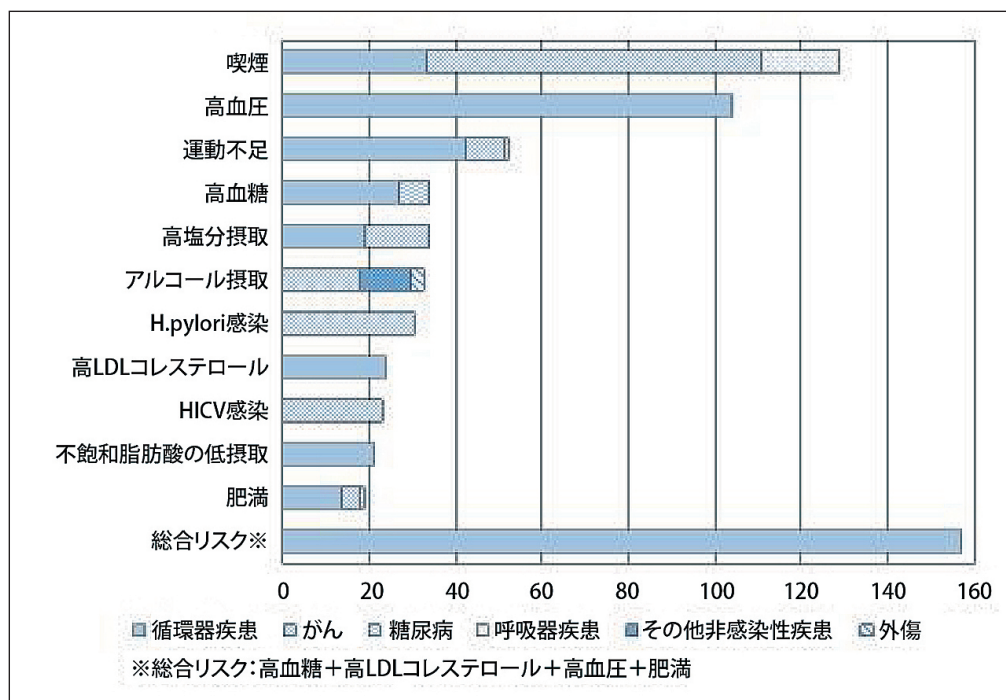


図 1 各危険因子ごとの国内推定死亡者数 (2007 年)

【健康日本 21 の対処すべき疾病に含まれた COPD】

2013 年 4 月より推進している健康日本 21 (二次) の中で、対処すべき生活習慣病として、これまでの 3 疾病のがん、循環器疾患、糖尿病に加え、近年、急速に死亡が増加すると予想されている COPD が含まれました。それら四疾病の予防可能な最大の危険因子は喫煙であると謳っています。COPD は喫煙が最大の発症要因であるため、禁煙により予防可能であるとともに、早期発見が重要であることから、厚生労働省は COPD の認知度向上を目標としました。現在、COPD の認知度は 25% しかありませんが、H34 年までに 80% まで向上させるとしています。また、健康日本 21 (二次) では、今回初めて具体的に喫煙の数値目標をもうけ、H34 年までに成人の喫煙率を 12%、未成年、妊婦の喫煙率を 0% としました。我々、医療機関も率先して、防煙教育、禁煙教室、禁煙外来を行い、無煙環境作りに協力していきたいものです。また、行政へはタバコ代の値上げも期待したいところです。Goto らによると、禁煙企図者の割合は、500 円に値上げした場合で 37.0%、1,000 円に値上げした場合で 96.3% になると報告しています⁴⁾。

【子どもの禁煙研究会 (日本禁煙科学会、KK 沖縄主催) のご紹介】

禁煙支援活動の多くは、生活習慣病を発症する成人に向けられています。しかし、喫煙開始年齢は、未成年の時期がほとんどを占めています。そこで、日本禁煙科学会では、子どもの時期から学校や地域で喫煙予防活動を行い、また喫煙している子どもに対しては禁煙外来を提供できる医院・病院を増やしていくため、ここ沖縄で「子どもの禁煙研究会」を立ち上げました。医師のみならず、学校関係者 (養護教諭、生徒指導主事等)、薬剤師、看護師等、多職種が参加しています。学校や地域での防煙教育の取り組みの報告や、子どもの禁煙外来の紹介や問題提示を行い、子どもに対する禁煙支援に関する実践的な方法を学んでいます。今年 1 月に行わ

れた第 3 回子どもの禁煙研究会では、浦添中学校の保健委員会の防煙活動を生徒自ら発表したり、八重山で全国に先駆けて行われた防煙に関するピア活動報告、県立中部病院小児科医からは親の喫煙率の高さや小児への喫煙の害について講演、当院看護師が中学生・高校生に対する禁煙外来の事例の提示を行いました。次回の子どもの禁煙研究会は 5 月 24 日 (土) 午後 3 時より沖縄小児保健センターで開催する予定です。禁煙に興味のある方のご参加をお待ちしております。(http://www.jascs.jp/kodomo_kinen/kodomo_kinen_index.php#area_4)

【参考文献】

1. Johan Sundstrom et al : Clinical value of the metabolic syndrome for long term prediction of total and cardiovascular mortality : prospective, population based cohort study : BMJ,332 : 878-882.2006
2. 玉城 仁 : 全ての医療従事者は禁煙支援を : 沖縄県医師会報 47 (5) ,572-575,2011
3. N Ikeda,et al : Adult Mortality Attributable to Preventable Risk Factors for Non-Communicable Diseases and Injuries in Japan : A Comparative Risk Assessment. PLoS Med 9 (1) : e1001160.2012
4. Goto R. ,et al : Discrete Choice Experiment of Smoking Behavior in Japan. Tobacco Control ; 16 : 336-346.2007

第 4 回 子どもの禁煙研究会

日時 平成 26 年 5 月 24 日 (土) 午後 3 時 ~ 6 時
場所 沖縄小児保健センター 3 階ホール
南風原町字新川 218-11

参加費 無料
日本禁煙科学会 禁煙支援士受講点 1 点

◆プログラム

開会の辞 副会長 オリブ山病院 諸久山民子

第 1 部 3 時 ~ 3 時 50 分 座長 沖縄県薬剤師会 笠原大智

1. 金武小学校での喫煙防止活動報告 おくまクリニック 奥間裕次
2. 害を及ぼさない喫煙防止教育 日本禁煙科学会副理事長 のだ小児科医院 野田隆

ミニコンサート♪ 3 時 50 分 ~ 4 時 20 分 ヴァイオリン演奏 元県立芸大教授 嶋山寛

第 2 部 4 時 20 分 ~ 5 時 30 分 座長 すながわ内科クリニック 玉城仁

1. 禁煙外来診療の効果と限界 日本禁煙科学会理事長 奈良女子大学 / 京都大学付属病院禁煙外来 高橋裕子
2. 妊婦の喫煙の現状と支援の課題 県立中部病院 産婦人科 大嶋尚子
3. 発達障害診療における禁煙支援の試み 名護療育園 小児科 藤達啓介

質疑応答 5 時 30 分 ~ 6 時

閉会の辞 会長 沖縄県立中部病院ハワイ大学卒業医学臨床研修事業団ディレクター 安次嶺 隆

◆参加申込
kk-okinawa-kodomo@kinen-marathon.jp まで、所属、氏名を添えてメールをお願いします。

主催 日本禁煙科学会、子どもの禁煙研究会
後援 沖縄県医師会、沖縄県薬剤師会、沖縄県歯科医師会、沖縄県小児科医会
沖縄県小児保健協会、沖縄県健康づくり財団、沖縄県看護協会、沖縄県保健医療部
沖縄県教育委員会