

禁煙推進委員会だより

ひつもと内科循環器科医院 櫃本 孝志 (禁煙推進委員)

当院が禁煙治療を始めて 6 年が経過しました。この間に無事禁煙を成功された方がいる一方で (2014 年 6 月の時点で 210 名の方が禁煙に成功しています)、何度治療を試みても禁煙がうまくいかない方も少なからずいらっしゃいます。本誌面をお借りして、私達が実感している禁煙治療の成功を阻む要因について述べさせていただきたいと思えます。

女性の禁煙治療は難しい

当院の禁煙外来を受診される方の半数は女性が占めていますが、男性に比べ女性の禁煙成功率は低い傾向にあります。治療を始めても、なかなか喫煙本数が 0 にならず、途中で来院されなくなる方も多くいらっしゃいます。文献的に女性の禁煙が難しい要因として、禁断症状が強く喫煙の満足度が高い、喫煙以外のストレス発散に乏しい、禁煙による体重増加を恐れる、同居者に喫煙者がいることが多いなどがあげられていますが、実地診療下においても、これらの要因が禁煙成功率の低下に関係していることが実感されます。禁煙治療が難しいならば、喫煙しないようにする (はじめの一本を吸わない) ことが重要であると考えられます。しかしながら、我が国の成人喫煙率は低下傾向にあるにもかかわらず、若年層の女性の喫煙率が上昇していることが指摘されています。確かに街中で若い女性が喫煙している光景をよく目にしますし、会社の定期健康診断に来られる方にも、女性の喫煙者が多く見受けられます。残念ながら健康診断の際に禁煙を勧めたり、コメント欄に要禁煙と記載しても、ほとんどの方は喫煙を継続されています。おそらく喫煙の害が十分に伝わっていないものと思われる。今後、女性が喫煙しないような環境を社会全体で作っていく必要性があるものと考えます。

禁煙治療と精神疾患の関係

当院に来院されるおおよそ 2 割の方は、うつ病

や統合失調症などの精神疾患の既往を持つ方が占めています。精神疾患を有する患者さんは、ご本人が禁煙したいという意欲は十分あるのですが、残念ながら禁煙治療が失敗することが非常に多いです。特に統合失調症の患者さんは、ほとんどの場合、禁煙治療がうまくいきません。禁煙治療における精神疾患患者の禁煙の困難さは、多くの研究結果により明らかにされております。当院のデータにおいても、精神疾患の患者さんの禁煙成功率はそうでない方に比べ有意に低値であり、特に女性の場合、精神疾患の合併が禁煙失敗に対する独立した寄与因子として選択されています (下表参照)。先述した、女性特有の禁煙阻害因子に精神疾患の存在が加わるにより禁煙が極めて困難な状況になるものと推測されます。一方、精神科専門施設において禁煙治療を行った場合、精神疾患患者に対しても非精神疾患患者と比べ同等以上の禁煙成功率が得られたとの報告もあります。しかしながら、現時点では禁煙治療に取り組まれている精神疾患医療施設は限られており、今後、より多くの精神科専門医が喫煙の害および禁煙に対する正しい知識を習得され、禁煙治療に積極的に参加されることが望まれます。

以上、簡単ですが禁煙治療の成功を阻む要因 (女性と精神疾患) について私見を述べさせていただきました。会員の皆様の参考になれば幸いです。

禁煙成功に対する多変量解析の結果

	オッズ比 (95%信頼区間)	p 値
採択変数		
<男性>		
指導回数	8.0 (2.6-25.0)	<0.001
<女性>		
指導回数	9.8 (2.1-45.8)	<0.01
精神疾患の存在	0.08 (0.01-0.62)	<0.01
従属因子		
禁煙成功		