

禁煙推進委員会だより

「続・続『先ず隗より始めよ、ですが・・・』 ～加熱式タバコについて～」

総合病院山口赤十字病院／
山口県医師会理事 國近 尚美

2014年の山口県医師会報「禁煙推進委員会だより」欄に「先ず隗より始めよ、ですが・・・」と題する文章を掲載していただいてから9年が経過しました。

2002年に健康増進法が制定され、受動喫煙の防止が謳われています。2018年に健康増進法が改正され、2020年4月から施行されました。「望まない受動喫煙」をなくすという観点から、施設の類型・場所ごとの対策がマナーからルールに変わることとなりました。また、健康日本21(第二次)が2013年より開始され、そのなかで、COPD(慢性閉塞性肺疾患)は、がん・循環器疾患・糖尿病と並んで、対策を必要とする主要な生活習慣病として挙げられ、「COPDの認知度の向上」と「成人の喫煙率の減少」「未成年者・妊娠中の喫煙をなくす」「受動喫煙の機会の減少」が目標として掲げられています。

目標を達成するためには、まずは身近なところから取り組む必要がありますが、2014年当時、山口県医師会や山口健康福祉センターの入居している山口県総合保健会館(健康づくりセンター)の、車寄せがある北西側出入り口にも喫煙所が存在

していました(写真①)。屋根があるため風向きによっては入口までタバコの臭いが充満し、とても健康を推進している施設の出入口とは思えない状況でした。その後、山口県健康増進課や山口県医師会のご尽力で、山口県総合保健会館は敷地内禁煙(写真②)となりました。

国を挙げて禁煙・受動喫煙防止に努力していたこの間に、時期を同じくして2013年から加熱式タバコの販売が開始されました。タバコ会社は日々喫煙者維持のため工夫を重ねており、紙巻きタバコにメンソールやバニラのフレーバーを添加したり、加熱式タバコもスタイリッシュな機器にしています。また、フィリップモリス社は気管支喘息やCOPDの吸入治療薬のメーカー(英国ベクトラ社)を買収するなど戦略的な方策を行っています。

徐々に広まってきている加熱式タバコについて、2022年9月号に引き続きご説明致します。

加熱式タバコとは(図①)

・タバコ葉やタバコ葉を加工したものを、燃焼させずに電氣的に加熱し、エアロゾル(霧状)化



写真①



写真②

したニコチンと、加熱によって発生した化学物質を吸入するタイプのタバコ製品である。

- わが国では2013年12月から販売が開始され、2016年ごろから、急速に普及してきた。現在、本邦で4種類販売されている。

加熱式タバコの健康障害

- 加熱式タバコは、喫煙者本人及び周囲への健康影響や臭いなどが紙巻タバコより少ないという期待から、使い始める人が多くいる。
- 化学成分を分析した結果からは、加熱式タバコの主流煙には、多くの種類の有害化学物質が含まれるもの、ニコチン以外の有害化学物質の量は少なかったと報告されている。
- しかし、販売開始からの年月が浅いため、長期使用に伴う健康影響は明らかになっていない。
- また、量が少ないとしても、タバコ煙にさらされることについては安全なレベルというものがなく、喫煙者と受動喫煙者の健康に悪影響を及ぼす可能性が否定できないと考えられている。

加熱式タバコの禁煙治療について

- 2020年の診療報酬改定において、加熱式タバコ使用者も健康保険による禁煙治療の対象として正式に認められた。
- 加熱式タバコ使用者には、紙巻タバコを吸わずに単独で使用している場合であっても、それをゴールとするのではなく、最終的には加熱式タバコの使用を中止するよう、情報提供や支援を行う必要がある。

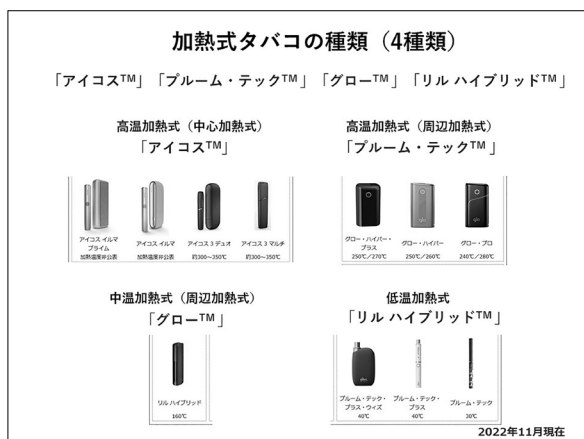
- 加熱式タバコ使用者への禁煙治療と禁煙支援の方法については、「禁煙治療のための標準手順書第8版」、「禁煙支援マニュアル（第二版）増補改訂版」をご参照いただきたい。

電子タバコ（図②）

- 電子タバコとは、専用カートリッジ内のリキッドを加熱して蒸気（エアロゾル）を発生させ、それを使用者が吸入する製品。
- リキッドの主成分は、プロピレングリコールやグリセリンなどのグリコール類で、諸外国ではニコチンが含まれている。
- 日本では、電子タバコにニコチンは入っておらず、たばこ事業法のタバコ製品として分類されない為、未成年者も購入可能になっている。
- 加熱式タバコと混同されることが多い製品であるが、加熱式タバコは、「タバコ葉やタバコ葉を用いた加工品を、燃焼させず、専用機器を用いて電気加熱することで煙を発生させるもの」であり、電子タバコとは異なる。
- 現在、米国において、電子タバコによるものと疑われる肺疾患等の健康被害症例が報告されている。

加熱式タバコのまとめ

- 加熱式タバコは、タバコの葉を加熱して、発生したニコチンを含むエアロゾルを吸う構造のタバコ製品である。
- 加熱式タバコの主流煙には、多くの種類の有害化学物質が含まれる。



図①

	紙巻タバコと同様	加熱式タバコ	電子タバコ	紙巻タバコ
タバコ葉		使用	使用しない	使用
有害化学物質		あり	あり	あり
ニコチン		あり	なし (海外はあり)	あり
充填液		一部製品で使用	使用	不使用
燃焼		なし	なし	あり
タバコ事業法		対象	対象外	対象
タバコ税		あり	なし	あり
ニコチン・タール量表示		なし	なし	あり
外部加熱装置		使用	使用	使用しない
煙・エアロゾルの発生原理		加工されたタバコ葉を加熱	味のついたプロピレングリコール等を熱コイルで蒸気にする	タバコ葉の燃焼

J.Natl. Inst. Public Health, 69 (2): 2020 改変

図②

- ・加熱式タバコや電子タバコを使用することによる、健康への影響は、明らかになっていない。
- ・喫煙者の呼気のアεροゾルには有害物質が含まれており、受動喫煙が生じる。
- ・禁煙を目的に加熱式タバコを開始した結果、紙巻タバコもやめられず併用するケースもある。
- ・紙巻タバコも加熱式タバコも使用しないことが大切である。

タバコの煙の有害物質は主流煙よりも副流煙に多く含まれており、受動喫煙としてタバコを吸わない人にも及びます。加熱式タバコも目に見えにくいですが、副流煙があることがわかっています(図③)。また、タバコの煙がその場になく状態でも、以前そこに流れてきたタバコの煙の成分が、壁や床、カーテン、衣類、髪の毛に付着して残り、そこから揮発した成分を吸入することを「三次喫煙(サードハンドスモーク)」と呼び、問題になっています。



図③

今後も引き続きタバコの害のない社会を目指し、「先ず隗より始めよ」という言葉に倣って、身近なところから力を合わせて、県民の皆様の健康増進のため、禁煙活動の啓蒙・推進に努力していきたいと思っております。

閑話求題

大相撲九州場所観戦のススメ

下関市 清水 徳雄

私は54歳ですが、大相撲観戦歴は輪湖時代からの45年以上です。福岡で開催される11月場所もよく行っています。大相撲はやはり「生観戦」がおすすめです。激しくぶつかり合う力士の画はもちろん、独特の音(呼出、行司、柝の音)、飲食や鬢付油の香りなど五感に直接響きます。また、通常テレビでは映らない花道待ちの力士動向や、引退して親方となった人と館内で遭遇する(トイレで元横綱とぼったりとか)など、意外な楽しみもあります。

チケット代は決して安くはないですが、席の種類もいろいろあります。土俵に近いほど当然高いのですが、お勧めはズバリ「当日売りのマス席バラ売り」です。売れ残ったマス席のチケットを当日に限り一人分から買えます。建前上「相席になることもあります」と言われますが、まずなりません。4人分のスペースを一人ないしは二人で使えます。この戦法、土日は難しいのですが、相撲人気は今一つの近年は平日なら可能です。

皆様も是非一度、本場所に足を運んでみてください。クセになりますよ。