



くば小児科 クリニック

院内報 2010年10月・11月号

10月からのタバコ税増税にともない禁煙治療の受診者が急増したため、禁煙補助薬の供給が全国的に不足する状況になり、当院でも新たな患者さんへの治療を休止していました。12月の時点で予約待ちの方から少しずつ治療を再開しており、1月からは供給体制が整い予約待ちは解消される見込みです。

禁煙治療はどなたでも受けられますが、1日喫煙本数×喫煙年数が200未満の方は保険適用にならないのが難点です。うつ病や統合失調症などで治療を受けている方は、禁煙や治療薬の影響で一時的に調子の変動する可能性があり、主治医との連携が必要になるので、紹介状をもらうようお願いしています。

小学校などの喫煙防止授業で子どもと保護者向けに渡している資料を改定しましたので、こちらにも掲載しておきます。

● 学校・家庭・地域が一体となって無煙環境を

児童・生徒および保護者のみなさまへ

学校や飲食店などの公的施設の禁煙化には、受動喫煙の防止と未成年の喫煙防止という二つの大きな目的があり、そのためには学校の禁煙化や喫煙防止教育だけでなく、家庭や地域が一緒になってタバコの害を理解し、子どもが朝から夜寝るまでタバコに接することのない「無煙社会」を作っていくことが必要です。

● 想像をはるかに超える受動喫煙の害

タバコの副流煙と喫煙者の呼出煙が混じった煙を吸わされることを「受動喫煙」といいます。タバコの有害物質のほとんどは、主流煙よりも副流煙に高濃度に存在しています。

喫煙者の2人に1人は肺がんや心筋梗塞などのタバコによる病気で命を落としています。日常的に受動喫煙にさらされている人も10～20%がタバコによる病気で亡くなっているのです。これは環境汚染物質許容基準の1万倍以上の「猛毒」であることを意味しています。

現在、国内で喫煙により毎年約20万人が死亡しているのに加えて、受動喫煙によって1～2万人もの人が亡くなっているという、想像をはるかに超える被害の実態がわかってきました。

● 子どもの喫煙が及ぼす深刻な影響

未成年の喫煙は「法律で禁じられているから」悪いのではなく、大人にも有害なタバコが未成年にはより深刻な影響を及ぼすからいけないのです。19歳以下で喫煙を開始すると、同等量の喫煙で肺がん発生のリスクを1.8～6倍も増加させます。また、未成年は短期間で「ニコチン依存症」に陥りやすく、いったん吸い始めるとやめられなくなるのです。

● 未成年の喫煙防止には包括的な対策を

未成年の喫煙を防ぐためには、家庭や学校における防煙教育、タバコの広告や自動販売機の撤廃、タバコ税の大幅増税などとともに、学校や家庭、各種施設や飲食店などを含めた子どもをとりまく「無煙環境」の実現が必要です。親や教師などの身近な大人が「喫煙しない」という望ましいモデルを子どもに示すことが何よりも重要なのです。

● 分煙では誰の健康も守れない

タバコの害を教育する場である学校や医療機関、行政施設などは例外なく全面禁煙にしなければいけません。中途半端な分煙では受動喫煙をなくせないだけでなく、タバコの被害者でもある喫煙者が禁煙する機会を失わせることにつながりかねません。

● 「ストレス解消」は大きな間違い

多くの喫煙者は「タバコはストレス解消になる」と言いますが、それはニコチン依存症による離脱症状（禁断症状）が一時的に解消されているだけであり、大きな間違いです。実際には喫煙によってストレスは増加しているのです。

● 禁煙は意志の強さとは関係ない

タバコの依存性により禁煙したくてもやめられない教職員や保護者の方でも、最新の禁煙支援・治療により、飲み薬や貼り薬を使って苦しまずに禁煙できる時代になっています。

未成年のくり返す喫煙には、厳しい叱責や処分ではなく、早期からの医学的なサポートで救い出してあげることが必要です。

● 「無煙世代を育てよう」（世界禁煙デー標語）

喫煙という致命的な悪習を次世代に持ち越させないためには、まず大人社会が変わらなければいけません。学校や飲食店などの公的施設の全面禁煙化はそのスタートラインに過ぎません。無煙社会の実現に向けて学校、家庭、地域、行政が一体となって取り組んでいくことが、私たち大人の責務と言えるでしょう。
(学校配布用プリントはここまで)

● 全く進まない青森県の受動喫煙対策 行政の不作为で被害拡大

日本も批准しているWHOタバコ規制枠組み条約（FCTC）の受動喫煙防止ガイドライン実施期限であった2月末に、厚労省は各自治体に屋内全面禁煙を骨子とした対策の実施を求める局長通知（罰則規定なし）を出しましたが、青森県内では何の対策も取られておらず、飲食店などの民間施設の禁煙化はほとんど進んでいません。タクシーの禁煙化は全国で40番目でした。青森県タバコ問題懇談会では県議会に対策の請願を提出し、全会一致で採択されましたが、県は国の通知や議会の民意を無視して県庁の全面禁煙を実施しないだけでなく、県民の税金で喫煙職員のために新たに喫煙室を設置するという暴挙に出ています。県民の健康を守る神奈川県知事と何もしない青森県知事。行政の不作为によって受動喫煙による死亡や健康被害は放置されておりその責任は重大です。