

WS 1 小児科における保護者への禁煙支援

コーディネーター: のだ小児科医院 野田 隆

久留米大学小児科 牟田 広実

本ワークショップは 2 部構成にて、行われました。
【基調講演】なぜ小児科で保護者への禁煙支援か、題して野田が講演しました。

1. 子どもたちは受動喫煙の最大の被害者であり、家庭内に喫煙者がいる限り害を免れることはない。
2. 若い親の世代は、自身の病気で医療機関を訪れることは少ないが、小児科は子どもの受診の連れ添いという形でコンタクトをもてる診療科であること。
3. 学校医活動、予防接種、各種健診を通じて、学校・行政・保健所・地域と連携するネットワークを構築しやすい環境にあること。
4. 乳児健診など、禁煙意欲の高まる時期に禁煙を訴えかける機会に恵まれていること。
5. 近年受動喫煙に濃厚にさらされていると将来喫煙者になりやすいというデータが蓄積されていて、その時期の親に禁煙を勧奨できること。
6. 最初の 1 本を吸わせないことが未成年の喫煙防止に最も重要であり、その時期に家庭に働きかけることの出来る診療科であること。

以上の点をスライドで示説しました。

次に、牟田が外来小児科学会タバコ問題検討会として作成したスライド集を用いて、よくある臨床場面（喘息発作の吸入中の時間・乳児健診の際など）で役立つ、「簡単に」「短時間で」「インパクトある」禁煙支援のスライドを、2 グループに分かれて作成しました。以下に、グループで作成したスライド(場面設定は、たばこ誤飲で来院した処置終了後)を示します。

まず、誤飲の原因としてのタバコを示した後、有害成分について説明。次に喫煙者の大半はやめたいと思

っていますよと誘導したのち、分煙の無意味さ・副流煙の流れを動画を使って説明。その後、受動喫煙と関連する疾患や知能低下、両親の喫煙状況と将来の子どもの喫煙の関連について説明。

次に、喫煙者自身の健康問題を下記のスライドなどを用いて説明。すべてのスライドは脅すためではなく、「今は吸っているから健康状態が落ちていますが、やめればよくなりますよ」と未来形で説明しました。

タバコを吸うと運動能力が落ちる やめればこどもと思いきり遊べます！



Cooper 1968 のデータ。スモークバスター(大島 明、中村正和、高橋浩之)より転載

最後にやめる方法として、ニコチン代替療法および禁煙マラソンを使ったメール支援を説明し、以下のスライドで「浮いたお金と時間を子どもと一緒に使いませんか」としました。このスライド集が禁煙支援の場で役立つことを希望します。

吸わないことで得られるもの

- ◆お金の節約「親子でディズニーランドへ行こう！」
 - ◆1箱 300円 × 365日 = 109,500円
- 時間の節約「子どもとたっぷり遊べます！」
 - 5分 × 20本 = 100分
 - 100分 × 365日 = 608時間 = 25日間