

禁煙科学

Vol. 11(10), 2017. 10



今月号の目次

【報告】

- 第12回 日本禁煙科学会 学術総会 in 島根 1
開催概要
大会長挨拶
学会賞
日韓ジョイントシンポジウム報告

【連載】

- 禁煙科学 最近のエビデンス (2017/10 KKE218-KKE219)
舘野 博喜 6

【連載】

- 週刊タバコの正体 (2017/10 No. 513-No. 516)
奥田 恭久 11

【報告】

- 第223回 全国禁煙アドバイザー育成講習会 開催報告 in 東京 12
第224回 全国禁煙アドバイザー育成講習会 開催報告 in 大阪 12

【報告】

第12回 日本禁煙科学会 学術総会 i n 島根

【開催概要】

◆テーマ

健康経営で生涯現役！

～『たばこ白書』を活かして全国発信～

◆開催日・開催地等

開催日：2017年(平成29年)10月28日(土)-29日(日)

開催地：島根県松江市

会 場：くにびきメッセ

(〒690-0826 島根県松江市学園南1丁目2-1)

◆大会長

春木 宥子（松江記念病院健康支援センター顧問／NPO法人しまね子どもをたばこから守る会理事長）

◆主催

日本禁煙科学会

◆共催

NPO法人しまね子どもをたばこから守る会、島根産業保健総合支援センター

◆後援

島根県、島根労働局、松江市他

◆主たるプログラム

特別講演、教育講演、シンポジウム、分科会、一般演題

【URL】

◆第12回 日本禁煙科学会 学術総会のページ

<http://www.med-gakkai.org/jascs12/>

◆第12回 日本禁煙科学会 学術総会 プログラム・抄録集

(「禁煙科学」Vol. 11(13), 2017. 10)

※「禁煙科学2017」のページからダウンロードして下さい。

http://www.jascs.jp/kinen_kagaku/kinen_kagaku_2017.html

【学術総会大会長挨拶】



第12回日本禁煙科学会学術総会

大会長 春木宥子

松江記念病院健康支援センター顧問

NPO法人しまね子どもをたばこから守る会理事長

この度、第12回日本禁煙科学会学術総会を、平成29年10月28日(土)～29日(日)の日程で、松江市の「くにびきメッセ(島根県産業交流会)」で開催させて頂くことになりました。私は長年専属産業医として勤務し(現在は嘱託産業医ですが)、健康支援・リスク管理に携わって参りました。在職中よりたばこ対策は大きなテーマでしたが、職域から更に活動を広げるために、平成17年3月に「しまね子どもをたばこから守る会」を立ち上げ、研修会開催と共にいろいろな場を活用して啓発活動を続けてきました。会のメンバーと共にこの度の学会を担当させて頂くことを、大変光栄に存じます。

わが国の行政におけるたばこ対策では、「健康日本21(2000年)」に続いて、成長戦略(2010年閣議決定)、がん対策基本計画(2012年)、「健康日本21(第二次)(2013年)」などでたばこについての目標値が設定されています。労働安全衛生法改正(2015年)でも第68条の2(受動喫煙の防止)として盛り込まれ、平成32年までに受動喫煙のない職場を実現することを目標にしています。しかしこれらの目標は現状ではあくまで単なる目標として留まっており、2015年の調査(厚生労働省)によると職場の受動喫煙は実際には上昇・悪化(平成20年:64%→69.4%)しています。昨年9月には厚生労働省から15年ぶりの改訂「たばこ白書」が公表され、喫煙の健康影響を4段階評価し、受動喫煙対策は世界で最低レベルと評価され、屋内全面禁煙などの対策が必要とまとめられました。

東京オリンピック・パラリンピックを2020年に控え、IOCとWHOの協定により、開催地では罰則付きの受動喫煙防止法ないし条例の整備が求められていることから、厚生労働省は受動喫煙防止の立法化を目指す案を公表するなど内容を検討中です。本年4月、WHOの担当部長が東京都内の飲食店などを視察し、「世界はすでに49カ国が屋内完全禁煙法を定めている。厚生労働省が提案している飲食店の一部に喫煙室を設ける分煙では効果がなく、現状では日本は受動喫煙規制において最下位から2番目に低いグループに入る」と強調されました。1997年子どもの環境保健に関する8か国環境大臣会合「マイアミ宣言」を受けて日本でも始まっている「エコチル調査」、あるいは2015年国連総会で採択された持続可能な開発目標(SDGs、2030年までの目標)の中でも、たばこの煙は対応すべきリスク要因として採り上げられています。

職場の受動喫煙をゼロにするためには、トップの宣言がないと対策はなかなか進みません。今回はトップを動かす『健康経営』を採り上げ、「健康経営で生涯現役!～『たばこ白書』を活かして全国発信～」をテーマと致しました。すでに受動喫煙ゼロを達成し実績を上げている企業のトップ、あるいは医療関係者等の先進的な取組みが、さまざまな領域で協働して展開され、健康日本21の目標達成とともに、きれいな空気環境のもと、生涯現役でいきいきと働き生活できる未来となることを願っております。

会員の方のもとより、企業関係者・一般の方々、多くのご参加を賜り議論を深め、皆様方の今後の一層のご活躍に資することができる会となりますよう祈念する次第です。

【学 会 賞】

◇受賞者：漢 二美 氏 （一般社団法人大分県タクシー協会会長）

◇受賞理由：日本初の県単位でのタクシーの全車禁煙化の実施

2007年に日本で最初に、県単位でのタクシーの全車禁煙化を実施した。タクシーは当時、喫煙者が自由に喫煙できる動く個室と考えられ、全車禁煙化は考えられないとされていたが、受動喫煙防止の観点からタクシーの禁煙化を提唱し、大分県タクシー協会会長として県単位でのタクシー全車禁煙化を実施した。この動きは全国に大きな影響をあたえ、以後タクシーの禁煙化はすべての都道府県に広がり、日本全体の受動喫煙防止の推進に大きく寄与した。



【漢 二美 氏 略歴】

昭和21年1月30日生。大分県立大分上野丘高等学校、日本大学理工学部卒業。昭和62年大分タクシー株式会社専務取締役就任。現在、大分シティタクシー株式会社、株式会社シティタクシーホールディングスほか、計10社の代表取締役を務めるとともに、一般社団法人大分県タクシー協会会長、一般財団法人全国福祉輸送サービス協会会長など多数の公職を兼任している。

大分陸運支局長表彰（平成11年11月）、九州運輸局長表彰（平成15年10月）、国土交通大臣表彰（平成19年10月）、全日本こうつう安全協会会長表彰（緑十字同種銅賞 平成21年9月）、大分県知事表彰（平成21年11月）、中小企業庁長官表彰（平成28年11月）のほか、平成28年11月3日には旭日双光章を受賞している。

平成19年、大分県タクシー協会会長として日本で最初に県単位でのタクシーの全車禁煙化を実施した。タクシーは当時喫煙者が自由に喫煙できる「動く個室」と考えられ、個別の禁煙タクシーはあったものの、行政単位での全車禁煙化は考えられないとされていた。乗務員や他の乗客の受動喫煙防止の観点からタクシー禁煙化の必要性を強く提唱し、大分県タクシー協会会長として県全体でのタクシー全車禁煙化を実施した。

同時にKK 大分・日本禁煙科学会の協力のもとに、タクシー会社従業員に対する禁煙教育にも力を注いできた。この動きは全国に大きな影響をあたえ、現在タクシーの禁煙化はすべての都道府県に広がり、日本全体の受動喫煙防止の推進に大きく寄与した。

【報告】

日韓ジョイントシンポジウム 報告

野田隆(のだ小児科、日本禁煙科学会副理事長、国際協力委員会委員長)

第12回 日本禁煙科学会学術総会 in 島根 の日韓ジョイントシンポジウムでは、2018 年平昌（韓国）、2020 年東京（日本）の両オリンピックを控えて、両国での喫煙規制のありかたや喫煙者への禁煙支援が取り上げられましたので、報告します。

第12回 日本禁煙科学会 日韓ジョイントシンポジウム in 島根

2017年10月29日（日）10:00～11:30

くにびきメッセ4階 会議室

座長：安次嶺馨（沖縄県立中部病院）、高橋裕子（京都大学）

演者：Sungkyu Lee（漢陽大学大学院）、野田隆（のだ小児科）

Sungkyu Lee 教授のレクチャーより

◆歴史

1930 年代には、タバコ会社のコマーシャルがオリンピックにつきものであった。しかし 1980 年代から、これに疑問が呈された。1988 年 カナダ（カルガリー）冬季オリンピックにて、初めてのタバコのないオリンピックが開催された。またタバコ会社によるスポンサーも禁止された。

◆1988-2014 のオリンピックと禁煙

1988年から15回のオリンピックが行われた。この15回のオリンピックを、以下の11のカテゴリーで点数をつける試みがなされた。

[11のカテゴリー分け]

1. タバコ会社のスポンサーを受けない
2. タバコの広告がない
3. タバコ製品の販売やタバコ製品の普及の禁止
4. 屋内は禁煙
5. 屋外も禁煙
6. オリンピック村の禁煙
7. 途中輸送の禁煙
8. レストランやバーの禁煙
9. 専用の喫煙場所
10. 反タバコのメッセージの表示
11. 社会の大規模な反タバコキャンペーン

[点数]

- ・15回のオリンピックすべてで「タバコ会社のスポンサーなし」「限定された喫煙場所」
- ・14回で「社会の大規模な反タバコキャンペーン」
- ・13回で「屋内禁煙」
- ・12回で「屋外禁煙」
- ・5回で「レストランとバーの禁煙」「交通手段の禁煙」「反タバコメッセージ表示」

15個のチェックポイントのすべてを満たしたオリンピックはなかったが、2002年のソルトレークは9個、ソチも9個であった。ソウルオリンピックは4個で、平均 7.4 個達成度であった。

◆オリンピック誘致におけるタバコの無いオリンピック

2010 年 6 月、オリンピックの誘致には、タバコの無いオリンピックが強調されることがWHO と IOC の間で同意がなされた。罰則付きの法律の制定が条件となる。

◆タバコ会社にとってのオリンピック

スポーツの祭典はマーケットの大きな機会であり、タバコ会社はありとあらゆる方法を使ってタバコの無いオ

リンピックの制定を妨げようとする。スポンサーシップ、箱型の喫煙場所の設置（無償提供）、メディアへの働きかけなど。

◆Comprehensive Policy for tobacco free Olympic

オリンピックに関係するすべての場所で喫煙禁止、タバコ会社の広告、スポンサーの禁止、タバコ会社がオリンピックロゴを使用することも禁止、反タバコキャンペーン、反タバコ教育が今後も重要である。

<質疑応答>

Q1 ソウルでのチェックで○が4つだけだったのはどうして？

まだ早期だったから（カルガリーの次）。次回の 2018 年にはさらに改善したものとする必要がある。

Q2 韓国国内での喫煙禁止の法律はどうなっているか？

韓国にも、日本同様、タバコ産業を保護する法律がある。しかし Health Promotion Acts もあって、その条文のほとんどがタバコに関する条文で占められている（日本の健康増進法とは大きく異なる）屋外は喫煙規制がなく、屋内は喫煙規制がある。そして罰金も科せられる。しかし残念ながら取り締まるだけのお金と人員が足りないために、現状では十分に守られていない。

Q3 禁煙の推進にはタバコ価格の値上げも重要だが、韓国ではタバコ価格の再度の値上げの動きはあるのか？

韓国では昨年タバコ価格が 2 倍に引き上げられた。税収が増えた分で、禁煙政策を推進している。

Q4 韓国国内での禁煙支援体制はどのようなになっているのか

タバコ税を上げた税収で、禁煙支援体制を整備した。韓国国内では従来からのクイットラインのほかに、17 の禁煙センターを設けて、1 万人のドクターを教育して、登録したドクターのところではチャンピックスやニコチンパッチは無料で受け取ることができるようにした。軍隊の禁煙も重要で、軍の医師もこのプログラムに登録されて、チャンピックスやニコチンパッチを兵士に処方して禁煙を促している。

<URL>

本シンポジウムについては、以下のURLを参照下さい。

日本禁煙科学会HP http://www.jascs.jp/kokusai/20171029/kokusai_20171029.html

禁煙科学 最近のエビデンス 2017/10

さいたま市立病院 館野博喜
Email: Hrk06tateno@aol.com

本シリーズでは、最近の禁煙科学に関する医学情報を要約して紹介しています。医学論文や学会発表等から有用と思われたものを、あくまで私的ではありますが選別し、医療専門職以外の方々にも読みやすい形で提供することを目的としています。より詳細な内容につきましては、併記の原著等をご参照ください。

2017/10 目次

- KKE218 「米国における冠動脈疾患入院患者への禁煙補助薬使用状況（短報）」
- KKE219 「日本における加熱式タバコのネット検索数は激増している」

KKE218

「米国における冠動脈疾患入院患者への禁煙補助薬使用状況（短報）」

Pack QR等、JAMA Intern Med. 2017 Aug 21. (Epub ahead) PMID: 28828485

- メタ解析によれば、入院中に禁煙補助薬治療を開始し、退院後もフォローアップすることで禁煙率は高まる。
- 米国医療施設認定合同機構は、禁煙補助薬を入院中に開始し、退院時も処方することを標準治療として考慮している。
- 今回、冠動脈疾患で入院した患者への禁煙補助薬の使用状況について、米国282病院のデーターを後ろ向きに調べた。
- 対象は入院した現喫煙者で、心筋梗塞と診断された者、経皮的冠動脈形成術を受けた者、冠動脈バイパス手術を受けた者、とした。
- 階層的な一般化ロジスティック回帰モデルを用いて、禁煙補助薬治療に関連する患者因子と病院因子を検証した。
- また禁煙補助薬使用の11年間の傾向も調べた。
- 冠動脈疾患で入院した喫煙者は36,675人おり、平均年齢58歳、男性69%、心筋梗塞が63%であった。
- うち8,316人（22.7%）が入院中に少なくとも1つの禁煙補助薬を使用されていた。
- 最も多かったのはニコチンパッチの20.4%（用量の中央値21mg/日）であり、他は、ニコチンガム0.3%、ニコチンローチ0.04%、ニコチン吸入薬0.2%、ブプロピオン2.2%、バレニクリン0.4%、であった。
- 禁煙補助薬使用に関連した患者側の因子は、慢性肺疾患（オッズ比OR=1.64, 95%CI, 1.55-1.73）、うつ病（OR=1.51, 1.40-1.64）、アルコール乱用（OR=1.71, 1.56-1.87）であった。
- 禁煙補助薬の使用率は病院ごとに大きく異なり、中央値22.3%、10-90パーセンタイル値9.6%-36.7%、であった。
- どの病院に入院したかで禁煙補助薬の使用は最も左右されたが（OR=1.91, 1.77-2.04）、病院の規模、地域、都市部かどうか、教育病院かどうか、は関係なかった。
- 2004年から2011年にかけて禁煙補助薬の平均使用率は病院全体で6%増えたが、2011年から2014年にかけては2%の増加にとどまった。
- 冠動脈疾患で入院した喫煙者への禁煙補助薬治療は不十分である。

<選者コメント>

米国の病院に急性冠動脈疾患で入院した喫煙者に、禁煙補助薬が入院中どの程度使用されているかを調べた報告です(=KKE215c)。

使用率は病院によって大きく異なり、64%の患者に使用している病院もあるものの、4割以上の病院では、使用率20%未満という結果でした。これは嘆かわしい状況であり、入院中での使用を広げて外来にもつなげたい、という主旨の報告になっています。

翻って本邦では、入院中の禁煙補助薬使用は自費であり使いにくい現状にあります。またニコチンパッチの添付文書では心筋梗塞発症3か月以内の使用は禁忌とされています。3か月の根拠について以前製薬メーカーに問い合わせたところ、スイスの添付文書に準じたとのことですが、より詳しい理由は不明でした。

日本ローカルな禁煙へのバリアーが、今後も少しずつ減っていくことに期待したいところです。

<その他の最近の報告>

KKE218a「急性冠症候群入院患者への禁煙介入のレビュー」

Chehab OM等、Postgrad Med J. 2017 Sep 23. (Epub ahead) PMID: 28942430

KKE218b「抗うつ薬の禁煙効果に関するレビュー」

Shoaib M等、Curr Neuropharmacol. 2017 Sep 15. (Epub ahead) PMID: 28925882

KKE218c「禁煙と歯周病治療への反応性に関するレビュー」

Alexandridi F等、Aust Dent J. 2017 Sep 16. (Epub ahead) PMID: 28921548

KKE218d「レバノンを含む中低所得国における喫煙と肺癌の関係に関するレビュー」

Rahal Z等、Front Oncol. 2017 Sep 1;7:194. PMID: 28920053

KKE218e「水タバコなど新種タバコ使用のバイオマーカーに関するレビュー」

Schick SF等、Am J Physiol Lung Cell Mol Physiol. 2017 Sep 1;313(3):L425-L452. PMID: 28522563

KKE218f「電子タバコ・NRT・かぎタバコに関するレビュー」

Drope J等、CA Cancer J Clin. 2017 Sep 29. (Epub ahead) PMID: 28961314

KKE218g「喫煙・禁煙の生殖機能におよぼす影響に関するレビュー」

Jandikova H等、Physiol Res. 2017 Sep 26;66(Supplementum 3):S323-S331. PMID: 28948816

KKE218h「男性の喫煙が精子と子孫におよぼす影響に関するレビュー」

Beal MA等、Mutat Res. 2017 Jul;773:26-50. PMID: 28927533

KKE218i「カドミウム・亜鉛と喫煙関連疾患に関するレビュー」

Richter P等、Int J Environ Res Public Health. 2017 Sep 29;14(10). PMID: 28961214

KKE218j「タバコ規制が胎児と子供の健康に与える影響に関するメタ解析」

Faber T等、Lancet Public Health. 2017 Sep 5;2(9):e420-e437. PMID: 28944313

KKE218k「神経管欠損は妊婦の能動喫煙より受動喫煙でリスクが高い：メタ解析」

Meng X等、Int J Gynaecol Obstet. 2017 Sep 30. (Epub ahead) PMID: 28963797

KKE218l「バレニクリンによる自殺関連事象は嘔気や夢と違い長期に発生する」：日本からの報告

Akimoto H等、Int J Med Sci. 2017 Jul 20;14(10):920-926. PMID: 28924362

KKE218m「各種禁煙補助薬が禁煙時の徴候におよぼす効果についての比較」

Bekiroglu K等、Drug Alcohol Depend. 2017 Aug 25;180:215-222. (Epub ahead) PMID: 28922651

KKE218n「N-アセチルシステインに禁煙効果は見られず：二重盲検無作為化比較試験」

Schulte M等、J Psychopharmacol. 2017 Sep 1;269881117730660. (Epub ahead) PMID: 28922968

KKE218o「ストレスやADHD徴候は学生の喫煙と関連する：仏の8千人研究」

- Galera C等、Eur Psychiatry. 2017 Aug 1;45:221-226. (Epub ahead) PMID: 28957791
 KKE218p「中国人男性の26%は能動喫煙が、女性の5%は受動喫煙が癌死の原因である」
- Islami F等、Ann Oncol. 2017 Oct 1;28(10):2567-2574. PMID: 28961829
 KKE218q「喫煙者はうつが倍多く若年者と男性で増えている：米国2005-2013年調査」
- Goodwin RD等、Drug Alcohol Depend. 2017 Apr 1;173:191-199. PMID: 28209289
 KKE218r「精神疾患の有無による喫煙率の格差が広がっている」
- Dickerson F等、Psychiatr Serv. 2017 Sep 15;appips201700118. (Epub ahead) PMID: 28945183
 KKE218s「妊婦の禁煙に関する米国産婦人科学会委員の見解」
- Committee on Underserved Women、Obstet Gynecol. 2017 Oct;130(4):e200-e204. PMID: 28937573
 KKE218t「少量喫煙も癌のリスクになり禁煙で下がる（20万人のコホート）」
- Inoue-Choi M等、Int J Cancer. 2017 Sep 20. (Epub ahead) PMID: 28929489
 KKE218u「ACEiの腎保護作用は禁煙により高まる（前向きコホート）」
- Roehm B等、Am J Nephrol. 2017 Sep 21;46(4):260-267. (Epub ahead) PMID: 28930715
 KKE218v「 α 2作動薬グアンファシンはドパミン伝達を正常化して禁煙に有効な可能性がある」
- Sandiego CM等、Neuropsychopharmacology. 2017 Sep 25. (Epub ahead) PMID: 28944773
 KKE218w「電子タバコの急性交感神経作用は含有ニコチンにより生じる」
- Moheimani RS等、J Am Heart Assoc. 2017 Sep 20;6(9). PMID: 28931527
 KKE218x「睡眠時間が不適切になると喫煙量やニコチン依存が悪化する」
- Patterson F等、Addict Behav. 2017 Sep 20;77:47-50. (Epub ahead) PMID: 28950118
 KKE218y「IRT解析によるタバコ依存尺度FTCDとHSIの比較」
- Svicher A等、Addict Behav. 2017 Sep 18;77:38-46. (Epub ahead) PMID: 28950117

KKE219

「日本における加熱式タバコのネット検索数は激増している」

Caputi TL等、PLoS One. 2017 Oct 11;12(10):e0185735. PMID: 29020019
<http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0185735>

- 加熱式タバコが世界中の市場に導入されてきている。
- 健康を気にしつつ電子タバコにはないノドにガツンとくる感じを求める喫煙者に売り込んでいる。
- 日本はその中心的な試験的市場であり、Ploom TECH、iQOS、gloが全国販売されている。
- 今回初めて日本の試験的市場における加熱式タバコの人気の傾向を調べ、過去の電子タバコのそれと比較することで、加熱式タバコの世界的な広がりを予想した。
- 毎月のGoogle検索傾向を2010年元日より2017年9月13日まで調査した。
- 検索用語としては、heat-not-burn、主要な商品名、加熱式たばこ、加熱式タバコ、iqos、icos、アイコス、plume、プルーム、glo、グロー、を用いた。
- 日本以外では加熱式タバコは全国販売されていないため、米国における過去の電子タバコの検索傾向と比較し、その広がりを検証した。
- 各検索数をGoogle全体の検索数で月ごとに比として求めた（相対的検索量）。
- 2018年の傾向の予測にはHyndmanとKhandakarの自己回帰和分移動平均アルゴリズムを用いた。
- フィリップモリス社が2014年11月にiQOSを地域限定で発売開始して以降、日本における加熱式タバコの検

索数は著明に増加した。

→加熱式タバコが市場に出て1年目の2015年と2年目の2016年の間に、月の平均検索数は1426% (95%CI : 746-3574) も増加した。

→2016年と2017年9月までの間でも、さらに継続して100% (95%CI : 60-173) 増加した。

→2017年9月の推計からは、毎月590-750万回の検索が日本で行われていると考えられ、2018年にはさらに32% (95%CI : -4-79) 増加すると推測される。

→日本の加熱式タバコの検索数は、米国の電子タバコの検索数を2016年4月に上回り、2015年から2017年にかけての増加は、前者が後者の399倍 (95%CI : 184-1490) 多かった (日本の加熱式タバコ2956% (95%CI : 1729-7304) 、米国の電子タバコ7% (95%CI : 3-13)) 。

→加熱式タバコへの関心は電子タバコへのそれを上回っている。

<選者コメント>

日本人の加熱式タバコへの関心の高さを、ネット検索のデーターをもとに示した報告です。

Googleでの検索数はiQOSの販売以降爆発的に増え、米国での電子タバコの検索数を、2016年4月に追い抜いてからも留まることなく増加していました。加熱式タバコの研究はまだほとんどなく、全世界への急速な広がりを懸念されています。米国の電子タバコと比較されていますが、市場導入初期との比較ではないため、現在の日本の増加率が際立ったかもしれません。

日本では電子タバコと加熱式タバコの名称が必ずしも区別されていない現状もあり、日本人がこの研究に加わっていれば、より正確なデーターが得られた可能性もあります。いずれにしろ、加熱式タバコの広がりが世界に認知されることは重要と思われます。

<その他の最近の報告>

KKE219a「電子タバコの禁煙効果に関する文献のレビュー」

Villanti AC等、Addiction. 2017 Oct 3. (Epub ahead) PMID: 28975720

KKE219b「環境タバコ煙と末梢動脈疾患に関するレビュー」

Ngu NL等、Atherosclerosis. 2017 Sep 22;266:113-120. (Epub ahead) PMID: 29024863

KKE219c「高所得国の原住民妊婦喫煙者への禁煙支援のレビュー」

Gould GS等、Chest. 2017 Oct;152(4):853-866. PMID: 28694200

KKE219d「妊婦へのブプロピオン使用のレビュー」

Hendrick V等、Prim Care Companion CNS Disord. 2017 Sep 21;19(5). PMID: 28973846

KKE219e「喫煙とコーヒーの相関：1日の本数が1本増えるとコーヒーが0.1杯増える」

Bjorngaard JH等、Int J Epidemiol. 2017 Aug 14. (Epub ahead) PMID: 29025033

KKE219f「オランダの中学校における敷地内禁煙の持続可能性」

Rozema AD等、Eur J Public Health. 2017 Jul 13. (Epub ahead) PMID: 29016786

KKE219g「救急外来における禁煙支援効果のメタ解析」

Lemhoefer C等、Prev Chronic Dis. 2017 Oct 5;14:E89. PMID: 28981403

KKE219h「現喫煙者は高血圧が少なく禁煙者に高血圧が多い：中国の横断調査」

Li G等、BMC Public Health. 2017 Oct 10;17(1):797. PMID: 29017534

KKE219i「最大級GWASによる新たなニコチン依存症遺伝子DNMT3Bの発見」

Hancock DB等、Mol Psychiatry. 2017 Oct 3. (Epub ahead) PMID: 28972577

KKE219j「喫煙は用量依存性に早期閉経リスクを増やす」

- Whitcomb BW等、Am J Epidemiol. 2017 Aug 10. (Epub ahead) PMID: 29020262
- KKE219k 「米国で紙巻きタバコが電子タバコに置き換わった場合の救命効果試算」
- Levy DT等、Tob Control. 2017 Oct 2. (Epub ahead) PMID: 28970328
- KKE219l 「日本人喫煙者と非喫煙者の飲食店における受動喫煙への意識の違い」：日本からの報告
- Yoshikawa R等、Nihon Kosshu Eisei Zasshi. 2017;64(8):422-432. PMID: 28966339
- KKE219m 「検診指導による禁煙率は看護師主導でも医師主導と差なし」
- Byers MA等、J Nurs Care Qual. 2017 Sep 29. (Epub ahead) PMID: 28968336
- KKE219n 「禁煙後年数による術後合併症の比較：年数で差なし」
- Turan A等、Eur J Anaesthesiol. 2017 Oct 11. (Epub ahead) PMID: 29023246
- KKE219o 「ニコチン離脱時の側坐核ドーパミン低下は雌の方が顕著（ネズミの実験）」
- Carcoba LM等、Addict Biol. 2017 Sep 22. (Epub ahead) PMID: 28940989
- KKE219p 「喫煙者は汗腺膿瘍が倍多い」
- Garg A等、Br J Dermatol. 2017 Sep 27. (Epub ahead) PMID: 28960235
- KKE219q 「EU23か国におけるタバコ値上げと乳児死亡減少の関係」
- Filippidis FT等、JAMA Pediatr. 2017 Sep 18. (Epub ahead) PMID: 28975220
- KKE219r 「肺癌検診と禁煙の臨床研究：SCALE共同研究について」
- Joseph AM等、Am J Respir Crit Care Med. 2017 Oct 4. (Epub ahead) PMID: 28977754
- KKE219s 「妊婦へのメール禁煙支援Quit4babyは短期禁煙効果あり（無作為化試験）」
- Abrams LC等、Am J Prev Med. 2017 Sep 26. (Epub ahead) PMID: 28982527
- KKE219t 「イタリア女性の喫煙率は上昇しており肺癌死亡率も上昇している」
- Trama A等、Tumori. 2017 Sep 21:0. (Epub ahead) PMID: 28967091
- KKE219u 「ダウン症児の停留精巣は母親が喫煙者だと多い」
- Duarte AMBR等、Rev Assoc Med Bras (1992). 2017 Aug;63(8):693-696. PMID: 28977107
- KKE219v 「高齢喫煙者はフレイルが多い」
- Kojima G等、Age Ageing. 2017 Aug 17:1-6. (Epub ahead) PMID: 28985256
- KKE219w 「HIV治療喫煙者はエイズより肺癌で死亡するリスクが6-13倍高い」
- Reddy KP等、JAMA Intern Med. 2017 Sep 18. (Epub ahead) PMID: 28975270
- KKE219x 「オメガ-3サプリを投与された喫煙妊婦は早産や低体重出生が少なかった：RCTの二次解析」
- Kuper SG等、Am J Obstet Gynecol. 2017 Oct;217(4):476. PMID: 28549983
- KKE219y 「タバコ産業がNRT市場に参入したのは禁煙ではなく依存維持が目的である」
- Apollonio D等、Am J Public Health. 2017 Oct;107(10):1636-1642. PMID: 28817320

【週刊タバコの正体】

Vol.38 第5話～第9話

2017/10 和歌山工業高校 奥田恭久

■Vol. 38

(No. 521) 第5話 FCTC

ー外国のタバコが高いのはたばこ規制枠組条約という国際条約があるから

...

前回、タバコの国際的な価格は日本より、かなり高い事を紹介しましたね。喫煙による健康被害を減らすためなのですが、これは『たばこ規制枠組条約 (FCTC)』という世界保健機関 (WHO) が策定した国際条約があるからなのです。その主だった条文は下表のとおりで、日本を含む世界の168カ国がこの条約を守ることを約束 (批准) しています。

(No. 522) 第6話 高校生の喫煙率

ー本校でもかつては毎週のように喫煙で指導された生徒が...

未成年者の喫煙は「未成年者喫煙禁止法」で禁止されています。だから、君たち高校生が喫煙すると法律違反なのですが、現実には隠れて喫煙をしている生徒の割合は下図のとおりです。

君たちが生まれる前 (1996年と2000年) の男子高校生は3人に一人が喫煙者だったなんて、今では信じられない事態でした。当時は多くの高校生が「タバコはかっこいい」と思っていました。しかし、タバコは人体に「百害あって一利なし」という事実を学んだ現在の高校生は、2014年のグラフが示すとおり30人に一人にまで激減しています。

(No. 523) 第7話 喫煙開始年齢

ー好奇心と興味がわく時期に吸い始めてしまうのは危険...

タバコの正しい知識を持てば「一生タバコは吸わない」という態度をとる事はできますが、そんな知識を持つ前の10代の若者にとっては、好奇心や興味本位で喫煙を開始してしまうケースは少なくありません。じつは、若いうちに喫煙を開始してしまうと下図に示すような事態を招きます。

(No. 524) 第8話 老け顔もカッコ悪い

ータバコは老化を早めてしまいます...

写真の2人は双子です。「えっ、そうなん？」と思いませんか。だって、とても同い年には見えませんからね。じつは、20年間タバコを吸い続けた場合 (左) と吸わなかった場合 (右) を化粧でシミュレーションした写真です。タバコが顔の老化を早める事を強調した警告画像なのです。

だから実際に、こんなに老けた顔になるかどうかはわからないのですが、シミュレーションのもとになるようなデータは存在しています。下のグラフを見てください。40歳代の女性において、喫煙者と吸わない人では、顔のしわの割合に大きな差がありますよね。

(No. 525) 第9話 タバコと活性酸素

ータバコは老化を早めるだけではなく血管にもダメージを...

前回、喫煙者の顔にはシミやシワが増えてスモーカーフェイスになってしまう事を紹介しましたね。つまり老化が早まるわけですが、その原因のひとつに「活性酸素」と呼ばれる酸素が関係しています。「活性酸素」は通常の酸素よりも酸化させる力が強いので活性酸素が体内に多くなると、金属が酸化すると錆びるように、カラダも酸化して老けていくと言うわけです。

2017/9-12
Volume 38
SERIAL NUMBER 523
第7話
週刊 タバコの正体

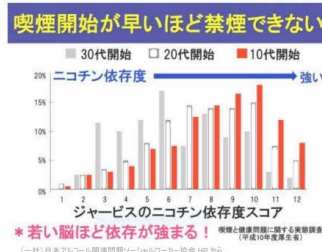
タバコの正しい知識を持てば「一生タバコは吸わない」という態度をとる事はできますが、そんな知識を持つ前の10代の若者にとっては、好奇心や興味本位で喫煙を開始してしまうケースは少なくありません。じつは、若いうちに喫煙を開始してしまうと下図に示すような事態を招きます。



まず、10代から吸い始めると、当然喫煙年数が長くなります。するとそれだけタバコの毒に冒される程度は大きくなるので、上側のグラフにあるように、肺がんの死亡率が非喫煙者に比べると、7倍にもなるのです。

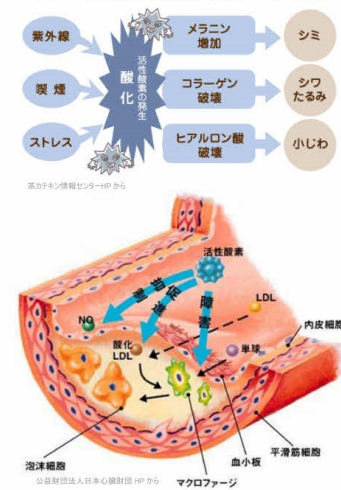
さらに、下側のグラフは「若い脳ほどニコチン依存が強い」という事を示しています。つまり、未成年のうちからタバコを吸い始めるタバコをやめる事が難しくなると言えるのです。

だから、タバコの正しい知識は大人になるまでのできるだけ早い時期に身につけておくに越したことはありません。

産業デザイン科
奥田 恭久産業デザイン科
奥田 恭久Zero Tobacco
In WAKO Since 20052017/9-12
Volume 38
SERIAL NUMBER 525
第9話
週刊 タバコの正体

前回、喫煙者の顔にはシミやシワが増えてスモーカーフェイスになってしまう事を紹介しましたね。つまり老化が早まるわけですが、その原因のひとつに「活性酸素」と呼ばれる酸素が関係しています。「活性酸素」は通常の酸素よりも酸化させる力が強いので活性酸素が体内に多くなると、金属が酸化すると錆びるように、カラダも酸化して老けていくと言うわけです。

では、体内に活性酸素が増える要因は何かと言うと、下図にあるように紫外線、喫煙、ストレスなのです。タバコを吸うと体内の活性酸素が増え、顔のシミやシワが増えるのですが、じつはそれだけではなく、活性酸素が増えると、もっと具合の悪い事があります。



左下の図は、血管の断面図です。血液中に活性酸素が多くなると、血管の内皮細胞が活性酸素によって傷つけられます。すると、その傷口からLDLコレステロールが入り込み、血管の内皮がだんだん厚くなるのです。そうすると、その部分の血管は細くなり血液が流れにくくなります。これが「動脈硬化」と呼ばれる現象です。

血管が細くなり血液の流れが悪くなったり、最悪の場合詰まってしまう大変な事態になります。怖いですが、タバコは血管にもダメージを与えるのです。

産業デザイン科
奥田 恭久Zero Tobacco
In WAKO Since 2005

毎週火曜日発行

URL: http://www.jascs.jp/truth_of_tobacco/truth_of_tobacco_index.html

※週刊タバコの正体は日本禁煙科学会のHPでご覧下さい。
※一話ごとにpdfファイルで閲覧・ダウンロードが可能です。
※HPへのアクセスには右のQRコードが利用できます。



【報告】

第223回 全国禁煙アドバイザー育成講習会 in 東京

【講習会】

- ◆開催日：2017年（平成29年）10月1日（日）
- ◆場 所：東京大学薬学系総合研究胸会講堂（東京都文京区）
- ◆主 催：日本禁煙科学会、禁煙マラソン
- ◆後 援：健康日本21推進全国連絡協議会

【主たるプログラム】

◇午前の部

禁煙支援講座

日本禁煙科学会 高橋裕子

◇午後の部

禁煙と経済

東京大学大学院薬学系研究科 五十嵐 中

禁煙支援と禁煙外来実演 ～あなたも明日から禁煙支援士に～

医療法人秀和会秀和総合病院 禁煙外来看護師 夏井ルミ

QA、禁煙成功者の言葉

【報告】

第224回 全国禁煙アドバイザー育成講習会 in 大阪

【講習会】

- ◆開催日：2017年（平成29年）10月22日（日）
- ◆場 所：大阪商業大学（大阪府東大阪市）
- ◆主 催：日本禁煙科学会、禁煙マラソン
- ◆後 援：健康日本21推進全国連絡協議会

【主たるプログラム】

◇午前の部

禁煙支援基礎講習

国立病院機構京都医療センター 長谷川浩二

薬剤師による禁煙支援

和歌山県ヒカタ薬局 原 隆亮

◇午後の部

パーソナリティ理解

大阪商業大学 東山明子

禁煙継続のポイント

日本禁煙科学会 高橋裕子

Q & A

日本禁煙科学会HP

URL: <http://www.jascs.jp/>

※日本禁煙科学会ホームページのアドレスです。

※スマホ等でのアクセスは、右のQRコードをご利用下さい。



ふえる笑顔 禁煙ロゴ

筋肉の疾患で体の不自由な浦上秀樹さん（埼玉県在住）が、口に筆を取って書いてくださった書画です。「けんこうなしゃかい ふえるえがお」という文字を使って『禁煙』をかたどっています。

※拡大画像は日本禁煙科学会ホームページでご覧頂けます。

※スマホ等でのアクセスは、右のQRコードをご利用下さい。

URL : http://www.jascs.jp/gif/egao_logo_l.jpg



編集委員会

編集委員長	中山健夫				
編集委員	児玉美登里	富永典子	野田隆	野村英樹	
	春木宥子				
編集顧問	三嶋理晃	山縣然太朗			
編集担当理事	高橋裕子				

日本禁煙科学会

学会誌 禁煙科学 第11巻(10)

2017年（平成29年）10月発行

URL : <http://jascs.jp/>

事務局：〒630-8113 奈良県奈良市法蓮町 948-4

めぐみクリニック（未成年者禁煙支援センター）内

E-mail : info@jascs.jp