

申請者氏名： ○○○○

	実績レポート (禁煙支援事例)	レポートNo. 1	
1	支援対象者個人の記録	イニシャル	M・A さん
		性別・年齢	男性 43 歳
		1 日の喫煙本数	20 本/日以上
		初回のかかり日	2003 年 9 月
2	禁煙支援の場と関与	職場での個別サポート	
3	支援の状況や支援経過、支援後の気づきと行動変化 (タバコに対する認識、禁煙による身体変化、心理的面など)	2002 年に行なった禁煙教室を機に禁煙を始めた参加者 (M さんの直属上司) から噂を聞き、2003 年 1 月に職場の同僚とともに健保組合に「どうしたらパッチをもらえるのか?」と相談に来た。同教室で講師を勤めた医師が勤務する M クリニックへの受診を勧めると同時に、処方料に関する健保補助申請書と具体的な禁煙方法を記載した資料を本人に渡し口頭で説明した。その後に、M クリニックの医師に連絡を取り、M さんが貴クリニックを受診するとの意思表示があったことを説明し、協力をお願いした。その後、M さんは同僚とともに 2 週間ごとに 3 回、M クリニックを受診し、パッチ処方を受けた。 M さんが勤務する適用事業所は、当健保と同じフロアーで隣接しており、日常的に保健師と顔を会わす機会が多く、質問や報告をしやすい環境にあった。禁煙後、先の T さん同様に M さんも、翌年の健康診断で体重が 4kg 増加し、そのまま現在に至るまで増減していない。M さんの場合、もともと BMI が 25.0kg/m² を超える肥満型であったため、禁煙が落ち着き始めた、禁煙 2 年目頃からダイエット教室への参加も勧めてきた。 2006 年 1 月、通勤途中で転倒・骨折し、そのための休業中に再喫煙となった。職場復帰後に M さんに状況を確認したところ、「自分が禁煙した時に妻にも禁煙を勧めたが、妻は頃として禁煙しなかった。休んで家にいた時、目の前で妻が吸うのをみて吸ってしまった」と話していた。再度の禁煙チャレンジにはまだ気持ちが固まっていなかったため、再度の禁煙を勧めなかった。ここ数年の臨床データから、2006 年 7 月開催のダイエット教室への参加を促がしたところ、参加し、現在はダイエットに取り組んでいる	
	感想や自己評価・気づいたことなど	家族の喫煙者の喫煙シーンが再喫煙のきっかけになるという話はよく聞いていたが、そのほとんどが「妻＝禁煙者、夫＝喫煙者」の図式であったため、今回の M さんの「妻」の存在には驚いた。反面、女性の喫煙率が高い北海道らしいとも感じた。 今まで多くの被保険者にニコチン・パッチ処方料に関する補助を行なってきたが、せいぜい 2 週間、長くて 4 週間のパッチ利用で禁煙が続くケースが多かった。M さんの場合、「まだ不安だから」と 3 回も M クリニックを受診し、結果 8 週間もパッチを貼り、禁煙を継続してきた。また禁煙中には、周囲にいる喫煙者に禁煙を積極的に勧めていた経緯があり、そこに M さんの禁煙への思いの強さを感じていた。しかし、結局 3 年後に再喫煙となってしまう、残念な結果となった。再喫煙のきっかけは、日常の中のふとした出来事にあることを痛感したケースであった。	
5	その他特記事項等	なし	