

禁煙科学 最近のエビデンス 2021/01

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るものを、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。

目次

KKE292 「身内からの禁煙支援は身内の視点により内容がプラスにもマイナスにも変わる：RCT」

KKE292

「身内からの禁煙支援は身内の視点により内容が

プラスにもマイナスにも変わる：RCT」

Michelle R vanDellen等、Psychol Health. 2017 Feb;32(2):221-233. PMID: 27830950

- 自然に生じる支援は禁煙の成功と関連することが知られており、恋人や友人、家族から支援を受ける人は禁煙しやすい。
- 支援を増やすと成功しやすいかを調べる介入研究が行われてきたが、介入群でうまく支援が増やせず失敗しており、禁煙ガイドラインの推奨項目から社会的支援は除かれている。
- 支援が禁煙の成功を後押しするとも考えられるが、一方で逆の視点、禁煙しそうに見える人は身近な人から支援を受けやすい、ということについては調べられたことがない。
- クサイと小言を言ったり、相手を疑ったりするネガティブな支援は禁煙の失敗と関連する。
- 夕食の帰路に吸いたくなくても我慢できた相手を褒めたり、相手への信頼を伝えるようなポジティブな支援は、禁煙の成功と関連する。
- 経験されるポジティブな支援とネガティブな支援の比率が、禁煙の成否と関連すると報告されている。
- 相互依存の強い間柄ではとくに、相手の行動を変化させるような働きかけは葛藤を生じやすく、いじけてしまったり、逆ギレしたりすることがあり、ネガティブな支援ではそうなりやすい。
- 禁煙を頑張る姿を見るとポジティブな支援が増えるかもしれないし、その逆だとネガティブな支援が増えるかもしれない。
- 今回、禁煙しようとしているときの行動が、身近な人からの支援に影響を及ぼすか調べた。
- 週に10本以上吸う喫煙者をパートナーに持つ米国人をネットで募集し、131人が対象となった。
- 77人が女性で、平均年齢34.3歳、90%が白人、平均年収4万5千ドル、65%が自分も喫煙者であった。
- 対象者は、成功群、失敗群、対照群、の3群に無作為に二重盲検で分けられた。
- 成功群では、パートナーがタバコを吸いたくても吸わずにいられた姿を見たときに、39-146語でその様子を記載した。
- 失敗群では、パートナーがタバコに抗いながらも吸ってしまった姿を見たときに、その様子を記載した。
- 対照群では、記載は何も行わなかった。
- 次に、パートナーの禁煙への取り組みについて、頑張ると思うかどうか、やり抜くと思うかどうか、5段階評

価で尋ねて数値化した。

→そして、パートナーが禁煙しようとしたときに、自分がどんな行動をとろうと思うか、パートナー相互関係質問表(PIQ)を用いて尋ねた。

→PIQには、ポジティブな支援(褒める、信頼感を示すなど)と、ネガティブな支援(非難する、禁煙できなそうだと疑う)が、20項目含まれる。

→さらに、パートナーの禁煙を支援する意欲について、7つの質問項目で調べた(パートナーの前では吸わないようにする、自分も禁煙を始めてみる、家の中を禁煙にする、パートナーが禁煙でイライラしても我慢する、など)。

→群分けがPIQ値や支援意欲に及ぼす効果を各種分散分析で解析し、パートナーの取り組む姿が群分けによる支援の違いに及ぼす影響を媒介分析で解析した。

→パートナーが失敗したことを記録した失敗群は、ネガティブな支援を提供すると思うとPIQで答えた割合が、成功群や対照群より有意に高く、ポジティブ支援/ネガティブ支援の比率が有意に低かった。

→禁煙支援の意欲については、成功群は失敗群より低い傾向にあったが有意ではなかった。

→パートナーの禁煙への取り組みについては、失敗を記載した失敗群のほうが成功群より、パートナーへの評価が低かった。

→媒介分析からは、パートナーが喫煙欲求に負けると、禁煙に取り組んでいないと感じ、ネガティブな支援を行おうとすることが示された。

→身近なパートナーからの禁煙支援は、パートナーの視点により内容が左右される。

<選者コメント>

禁煙にチャレンジしている人の一時的な成功や失敗の姿が、身近な人からの支援内容を左右する影響について調べた珍しい研究です(=KKE191c)。

喫煙者をパートナーに持つ人を対象に、3群に分けて実験が行われました。パートナーが禁煙を頑張っている姿を記録する群、禁煙に失敗しているところを記録する群、なにも記録しない群、に分けると、失敗する姿だけを記録した群ではネガティブな支援内容が多くなっていました。

またパートナーの禁煙への取り組みも低評価になっており、ネガティブな支援につながっていました。

家族など身近な支援者が、小言や非難、不信感などのネガティブな支援態度をとると、禁煙遂行に逆効果であることはよく経験され、禁煙外来でも必要時にはご家族だけ別途お話することもあります。その際には、失敗したりイライラしたりして、ダメに見えることもあるかもしれませんが、ポジティブなフィードバックを是非にとお願いするわけですが、そんな身近な支援者の「視点」の重要性を科学的に示した報告と言えます。

オンラインで全文を読めるようになるまで1年半かかる雑誌であったため、発表からずっと積ん読になっていましたが、気になっていた研究でしたので、大変遅ればせながらご報告させていただきます。

本年もよろしくお願い申し上げます。

<高橋裕子先生からのコメント>

禁煙を応援するような働きかけを家族がおこなうと禁煙にチャレンジする人は頑張るし、「どうせダメなんだから」「吸ってないといって本当はどこかで吸ってるんでしょ」といったマイナスの言葉かけを家族がすると禁煙はくじけやすい・・・というのは臨床現場で普通に見られる事象ですが、こういったありふれた事象を科学的に検証することの困難さを見る気がします。

研究方法はかなりユニークというか、工夫がなされています。そして結果は平たく言うと、禁煙を頑張っている姿を家族が記録すると、記録した家族からは禁煙を応援する方向の働きかけが多かった、逆に、吸ってし

まった姿を家族が記録すると、その家族からはマイナス方向の働きかけが多かった、ということです。

これはとても希望のもてることです。今までは禁煙外来でご家族に「応援してあげてください、ほめてあげてください」と伝えていましたが、もっと具体的に「禁煙に頑張っている姿を文字で記録してください」と伝えることが有効かもしれないという結果だからです。

家族を褒めるという行為は、心理的な葛藤を引き起こす可能性があります。とくに、今まで受動喫煙でさんざん苦しめられてきた、とか、禁煙というと暴言を浴びせられたといったマイナスの思い出が積み重なっている場合には、褒めることが困難になります。しかし「頑張っている姿を文字で記録する」という行為は心理的な葛藤を引き起こさずに実施することができます。そしてそれだけで、家族からポジティブな応援を引き出すことができるなら・・・もちろんこの論文ではそこまではいえることはできませんが。

<その他の最近の報告>

KKE292a 「禁煙eラーニングを受けた歯科医による介入は歯周病治療に有効：日本の多施設共同コホート」

Yohei Nakayama等、J Oral Sci. 2020 Dec 23;63(1):114-118. PMID: 33298640

KKE292b 「Covid-19入院患者の喫煙率は米国で一般人口より高く死亡者の44%には喫煙歴があった：77研究のメタ解析」

Kunchok Dorjee等、PLoS One. 2020 Dec 7;15(12):e0243191. PMID: 33284825

KKE292c 「喫煙歴はCovid-19の重症化リスク因子：メタ解析」

Abdur Rahman等、Int J Clin Pract. 2020 Dec 7:e13916. PMID: 33372407

KKE292d 「喫煙歴があるCovid-19例は重症が多かった：武漢」

Mengyuan Dai等、Front Physiol. 2020 Dec 9;11:588553. PMID: 33362576

KKE292e 「喫煙歴とCovid-19での入院や重症化とは関連がなかった：ニューヨークの1万例」

Kam Sing Ho等、J Med Virol. 2020 Dec 15. PMID: 33325049

KKE292f 「中低所得国では男性喫煙率とCovid-19死亡率が相関する」

Nadya Magfira等、Acta Med Indones. 2020 Oct;52(4):318-325. PMID: 33377876

KKE292g 「タバコ製品とコロナ罹患についてのまとめ」

Jonathan M Samet等、Nicotine Tob Res. 2020 Dec 15;22(12 Suppl 2):S93-S95. PMID: 33320258

KKE292h 「コロナを恐れて禁煙外来を受診した人は有意に禁煙・減煙率が高かった：トルコ」

Neslihan Ozcelik等、J Addict Dis. 2020 Dec 7;1-9. PMID: 33283686

KKE292i 「ポルトガル呼吸器学会からのタバコとCovid-19に関する提言」

C P Matos等、Pulmonology. 2020 Nov 17;S2531-0437(20)30222-1. PMID: 33303350

KKE292j 「70歳以上男性では肺上皮細胞のアンドロゲン受容体とACE2発現亢進が喫煙と関連している」

Yuanyuan Qiao等、Proc Natl Acad Sci U S A. 2020 Dec 11;202021450. PMID: 33310900

KKE292k 「米国の若者の電子タバコ使用や購入行動はCovid-19流行後に変化している」

Shivani Mathur Gaiha等、JAMA Netw Open. 2020 Dec 1;3(12):e2027572. PMID: 33270127

KKE292l 「ヘルシンキ大学病院の医療者のコロナ罹患は喫煙者で少なかった」

Anu Kantele等、Travel Med Infect Dis. 2020 Dec 13;39:101949. PMID: 33321195

KKE292m 「コロナで人工呼吸器管理を受けた例には喫煙歴と肥満者が多かった：米国」

Ana C Monteiro等、PLoS One. 2020 Dec 22;15(12):e0238552. PMID: 33351817

KKE292n 「コロナの重症例には喫煙歴と肥満者が目立った：日本」

Kenta Yao等、J Infect Chemother. 2020 Dec 5;S1341-321X(20)30431-1. PMID: 33342681

KKE292o 「ホームレスの喫煙者への禁煙支援（コクラン・レビュー）」

- Maya Vijayaraghavan等、Cochrane Database Syst Rev. 2020 Dec 3;12:CD013413. PMID: 33284989
KKE292p 「電子タバコの禁煙効果に関する系統的レビューとメタ解析：効果は不明瞭」
- Shorouk Ibrahim等、Am J Health Promot. 2020 Dec 17;890117120980289. PMID: 33327728
KKE292q 「電子タバコ使用と禁煙のメタ解析：市井使用では関連なし、RCTの無償提供では禁煙増加」
- Richard J Wang等、Am J Public Health. 2021 Feb;111(2):230-246. PMID: 33351653
KKE292r 「紙巻および電子タバコの耳鼻科的影響に関する系統的レビュー」
- S Patel等、J Laryngol Otol. 2020 Dec 4;1-6. PMID: 33272335
KKE292s 「電子タバコが歯周病に与える影響に関する系統的レビュー」
- Carlos Alberto Figueredo等、Clin Exp Dent Res. 2020 Dec 4. PMID: 33274850
KKE292t 「喫煙は月経前症候群のリスクと関連する：メタ解析」
- So Hee Choi等、Front Psychiatry. 2020 Nov 26;11:575526. PMID: 33324253
KKE292u 「電子タバコの害に関するレビュー：電子タバコ使用者にも禁煙支援を」
- Harold J Farber等、Ann Am Thorac Soc. 2020 Dec 7. PMID: 33284731
KKE292v 「ドイツ呼吸器学会は電子タバコの害低減を認めない」
- W Pankow等、Pneumologie. 2021 Jan;75(1):31-32. PMID: 33285598
KKE292w 「経頭蓋磁気刺激のタバコ等依存症治療効果についてのレビュー」
- Mariangela Antonelli等、Addict Behav. 2021 Mar;114:106760. PMID: 33316590
KKE292x 「COPD患者への禁煙薬物治療の実践的レビュー」
- Sabina Antonela Antoniu等、Expert Opin Pharmacother. 2020 Dec 29;1-13. PMID: 33372557
KKE292y 「歯科医療者の禁煙支援についての知識や姿勢に関する文献レビュー」
- Divyangi Goel等、Int J Prev Med. 2020 Oct 5;11:167. PMID: 33312476
KKE292z 「喫煙歴による歯周病の程度に関するメタ解析」
- Neeraj Gugnani等、Evid Based Dent. 2020 Dec;21(4):122-123. PMID: 33339968
KKE292aa 「歯を失うリスクは現喫煙者で過去喫煙者の2倍：コホート研究のメタ解析」
- Asim Al-Ansari, Evid Based Dent. 2020 Dec;21(4):120-121. PMID: 33339967
KKE292ab 「0-18歳の子のいる親を対象にした禁煙介入の効果に関するメタ解析」
- Tessa Scheffers-van Schayck等、Eur Addict Res. 2020 Dec 11;1-16. PMID: 33311028
KKE292ac 「食物依存症とタバコ使用障害に関するレビュー」
- Laurie Zawertailo等、Nutrients. 2020 Dec 15;12(12):3834. PMID: 33334010
KKE292ad 「ヒトを対象とするニコチンとタバコの研究では薬物学的効果以外の要素も考慮すべき：レビュー」
- Hera E Schlagintweit等、Nicotine Tob Res. 2020 Jul 16;22(8):1260-1266. PMID: 31058286
KKE292ae 「妊婦の電子タバコ使用の影響についてのレビュー」
- Nikita Desai, Obstet Med. 2020 Dec;13(4):154-158. PMID: 33343691
KKE292af 「水タバコ喫煙と冠動脈疾患リスクに関するメタ解析」
- Negar Morovatdar等、Curr Mol Pharmacol. 2020 Dec 23. PMID: 33357208
KKE292ag 「1990-2017年に世界で喫煙に起因する肺癌死亡率は低下したが肺癌死亡者数は増えている」
- Xiaorong Yang等、Lung Cancer. 2020 Dec 9;152:49-57. PMID: 33348250
KKE292ah 「禁煙の急性期精神科病棟に入院した喫煙患者の喫煙行動やタバコ依存は入院中も退院後もほとんど変わらない：英国」
- Tom S Ainscough等、Nicotine Tob Res. 2020 Dec 5;ntaa258. PMID: 33277655
KKE292ai 「屋外での電子タバコ使用状況：EU11か国での横断調査」

- Beladenta Amalia等、*Environ Res.* 2020 Dec 3;193:110571. PMID: 33278471
- KKE292aj 「精神疾患の有無とニコチン依存度、禁煙との関連：5年間の追跡 (PATH研究)」
- Morgan Snell等、*Addict Behav.* 2021 Apr;115:106787. PMID: 33383566
- KKE292ak 「喫煙継続のための癌初期治療失敗は年間2億円ほどの医療費損失を生じている：カナダ」
- N Iragorri等、*Curr Oncol.* 2020 Dec;27(6):307-312. PMID: 33380862
- KKE292al 「中国人喫煙者が電子タバコを吸わない理由は禁煙するつもりがないから」
- Zongshuan Duan等、*Tob Induc Dis.* 2020 Dec 9;18:104. PMID: 33328836
- KKE292am 「喫煙継続中のCOPD患者は抗うつ薬処方や精神科入院が禁煙したCOPD患者より多かった：デンマーク2万人の調査」
- Jakob Hedemark Vestergaard等、*ERJ Open Res.* 2020 Nov 30;6(4):00036-2020. PMID: 33294426
- KKE292an 「うつ病診断者には紙巻きや電子タバコのニコチン使用者が多く禁煙時の離脱症状も多い：米国」
- Michele L Pergadia等、*Int J Environ Res Public Health.* 2020 Dec 14;17(24):9334. PMID: 33327373
- KKE292ao 「小児期の虐待は喫煙開始・継続と関連する：出生コホートの30歳までの追跡」
- Steve Kisely等、*Nicotine Tob Res.* 2020 Dec 23;ntaa270. PMID: 33367856
- KKE292ap 「喫煙していると慢性鼻副鼻腔炎の症状が悪い：英国千5百人の調査」
- Kristian Hutson等、*JAMA Otolaryngol Head Neck Surg.* 2020 Dec 10;e204354. PMID: 33300989
- KKE292aq 「禁煙で相互作用を受けやすいCYP1A2基質の薬剤63種類のリスト」
- Malcolm Barrangou-Pouey-Darlas等、*Drug Metab Rev.* 2021 Jan 4;1-125. PMID: 33325257
- KKE292ar 「中東欧州5か国間での看護師禁煙支援養成プログラムは効果的」
- Stella A Bialous等、*Tob Prev Cessat.* 2020 Dec 8;6:68. PMID: 33336120
- KKE292as 「心移植後に再喫煙した人 (26%) は予後が悪い：ベルギー」
- Anne Vorlat等、*Acta Cardiol.* 2020 Dec 10;1-5. PMID: 33300457
- KKE292at 「ラマダン中のイスラム教徒男性に宗教とからめた減煙の携帯メッセージを送ると効果的」
- Rebekah Pratt等、*Nicotine Tob Res.* 2020 Dec 5;ntaa260. PMID: 33277991
- KKE292au 「非連日喫煙者も連日喫煙者と同等の前頭前皮質の容量低下やグルタミン酸低下が見られる」
- Paul Faulkner等、*Addict Biol.* 2020 Dec 3;e12986. PMID: 33274546
- KKE292av 「禁煙時の脳波を用いて群分けすると反応性が快樂>喫煙の群が逆より成功率が高い」
- David W Frank等、*Nicotine Tob Res.* 2020 Jul 16;22(8):1277-1284. PMID: 31724052
- KKE292aw 「NRT製剤の投与経路ごとの母集団薬物動態モデルの検証」
- Per O Olsson Gisleskog等、*Clin Pharmacokinet.* 2020 Dec 23. PMID: 33354734
- KKE292ax 「肺癌増殖に関係するmiR-301bは禁煙で減るが減煙では減らない」
- Camila Dos Santos Arcas等、*Sci Rep.* 2020 Dec 3;10(1):21112. PMID: 33273694
- KKE292ay 「米国人のキシレン曝露の主要な原因は喫煙」
- Victor R De Jesus等、*Biomarkers.* 2020 Dec 17;1-9. PMID: 33284648
- KKE292az 「唾液のpHをコーヒーは上げ水は下げることが喫煙欲求へのコーヒーと水の効果の違いかもしれない」
- Gokcen Omeroglu Simsek等、*Balkan Med J.* 2020 Dec 25. PMID: 33355743
- KKE292ba 「高価なタバコ銘柄を吸っている人の特徴は男女で異なる：フランス」
- Fabienne El-Khoury Lesueur等、*Eur J Health Econ.* 2021 Jan 1. PMID: 33386472
- KKE292bb 「2回目以降の禁煙外来時にタバコ欲求指数TCIが高いと禁煙成功率が低い：日本」
- Chie Taniguchi等、*PLoS One.* 2020 Dec 7;15(12):e0243374. PMID: 33284809

- KKE292bc 「日本人の喫煙率は都市部の方が低下が速く地域差は年代や性別で異なる：日本」
Tasuku Okui、Epidemiol Health. 2020;42:e2020072. PMID: 33285059
- KKE292bd 「礼拝の頻度が低い人は受動喫煙率が高い：米国」
Richard Frank Gillum、J Relig Health. 2021 Jan 2. PMID: 33389437
- KKE292be 「電子タバコリキッドの曝露事故は誤飲が多い：EU中毒センターのデータ解析」
Constantine I Vardavas等、Hum Exp Toxicol. 2020 Dec 4;960327120975828. PMID: 33272061
- KKE292bf 「IQOS, glo, JUULからの粒子状物質PMの比較：室内喫煙実験」
Mariangela Peruzzi等、Int J Environ Res Public Health. 2020 Aug 19;17(17):6029. PMID: 32825020
- KKE292bg 「IQOS使用者の2/3がIQOSへの依存を懸念している：スイスのネット調査」
Sebastien Queloz等、J Addict Dis. 2020 Dec 18;1-12. PMID: 33336625
- KKE292bh 「2018年台湾の未成年者IQOS使用率は2%、使用経験率は4%」
Li-Chuan Chang等、PLoS One. 2020 Dec 21;15(12):e0244218. PMID: 33347476
- KKE292bi 「タバコ販売をやめるとコンビニの売上が激減するというタバコ産業の主張は正しくない：ニュージーランドでの調査」
Louise Marsh等、Tob Control. 2020 Dec 3;tobaccocontrol-2020-056032. PMID: 33273053
- KKE292bj 「EU離脱が英国のタバコ規制に与える影響についての考察」
J Robert Branston等、Int J Drug Policy. 2020 Dec 2;103044. PMID: 33279366
- KKE292bk 「2014年ミシガン州プリントでの上水路改悪のストレスで妊婦喫煙率が10%増えた」
Shooshan Danagoulian等、Health Econ. 2020 Dec 22. PMID: 33351261
- KKE292bl 「農家がタバコ生産を続けるかは教育や情報へのアクセスに左右されタバコ企業との不平等関係が元にある：インドネシア」
Gumilang Aryo Sahadewo等、Int J Environ Res Public Health. 2020 Dec 15;17(24):9416. PMID: 33334032
- KKE292bm 「手綱・脚間核の $\alpha 3$ *ニコチン受容体がニコチン摂取に関与している（ネズミの実験）」
Karim S Elayouby等、J Neurosci. 2020 Dec 23;JN-RM-0127-19. PMID: 33380469
- KKE292bn 「加熱式タバコ8本を自殺目的に誤飲した59歳男性を胃洗浄にて救命した一例：日本」
Tetsuya Yumoto等、J Am Coll Emerg Physicians Open. 2020 Oct 6;1(6):1709-1711. PMID: 33392579
- KKE292bo 「IQOS煙急性曝露により肺胞洗浄液の炎症マーカーが上昇する（ネズミの実験）」
Tariq A Bhat等、Nicotine Tob Res. 2020 Dec 21;ntaa267. PMID: 33346355
- KKE292bp 「PloomTECH抽出液は紙巻タバコより細胞毒性が少ない（細胞実験）：日本」
Naoko Hattori等、Biochem Biophys Rep. 2020 Nov 21;24:100865. PMID: 33294641