

# 禁煙科学 最近のエビデンス 2023/02

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。

## 目次

KKE321 「減煙ではなく禁煙により心不全のリスクが減る」

### KKE321

## 「減煙ではなく禁煙により心不全のリスクが減る」

Jung Eun Yoo等、JACC Heart Fail. 2022 Aug 12;S2213-1779(22)00423-1. PMID: 36647926

- 心不全は世界で2千6百万人が罹患し増加し続けている。
- 喫煙は心不全の独立したリスク因子であり、冠動脈疾患のみならず左室肥大や心機能異常と関連する。
- 現喫煙者は非喫煙者の2倍以上心不全を来しやすく、1日25本以上の喫煙者では4倍にもなる。
- 一方、禁煙が心不全のリスクを減らすかについてのエビデンスは限定的である。
- 喫煙状況を1回しか調べていない研究も多く、喫煙量の増減の影響は不明である。
- そこで今回、全国コホートをを用いて、喫煙行動の変化と心不全のリスクについて解析した。
- 韓国の国民健康保険では、40歳以上被保険者と全年齢の従業者に隔年で、肉体労働者には毎年、無料で心血管系の検診を行っている。
- そのデータベースには、医療機関の受診やICD-10に基づく処方歴も含まれる。
- まず1,006,855人の40歳以上現喫煙者のデータベースを、2009年と2011年に収集した。
  - その中から、2011年以前に癌や心血管疾患（脳卒中、心筋梗塞、心不全）と診断された者を除き、また2011年の検診後から1年以内にこれらを発症したり死亡した者も除いた。
  - 最終的に778,608人が解析に組み込まれた。
  - 喫煙状況は2009年と2011年の検診時に収集され、2009年の現喫煙者のうち、
    - 1) 禁煙者：2011年までに禁煙した者、
    - 2) 減煙者：1日喫煙本数が20%以上減った者、
    - 3) 維持者：20%未満の減煙から20%未満の増多までの者、
    - 4) 増多者：20%以上本数が増多した者、
- に分類した。
- また、減煙者をさらに、50%以上本数が減った減煙者Iと、減煙本数が50%未満の減煙者IIに分類した。
- 研究の目的は、新規に診断される心不全で、心不全はICD-10コードI50の付された初回入院とした。
- 患者の心不全発症や死亡は、2011年の検診後から2018年末まで追跡された。
- 共変量としては、収入、居住地、飲酒量、運動量、BMI、高血圧、糖尿病、脂質異常症、慢性腎臓病、を用いた。
- 喫煙行動の変化と心不全リスクを、維持者を対照としてコックス比例ハザード回帰で解析した。
- 2009年から2011年の間の喫煙行動の変化は、禁煙者14.5%、減煙者21.9%（減煙者I=7.7%、II=14.2%）、維持

者47.7%、増多者15.9%、であった。

→追跡期間中央値6.3年（四分位範囲IQR：6.1-6.6年）の期間に、23,329件の心不全発症があった（4.8/1,000人年）。

→心不全のリスクは維持者に比し、増多者で増加し（補正ハザード比aHR：1.06\*；95%CI：1.02-1.10）、禁煙者で有意に減っていた（aHR：0.86\*；0.83-0.90）。

→1日20本以上吸う重喫煙者においても、禁煙すると心不全リスクは減っていた（aHR：0.90\*；0.85-0.95）。

→減煙者ではリスクは減っておらず、かえってやや増加していた（減煙者I、aHR：1.06\*；1.01-1.11；減煙者II、aHR：1.04；1.00-1.08）。

→もともとの1日喫煙量や生涯喫煙量で分けて比較しても、同様のパターンを示した。

→年齢、性別、飲酒量で分けても同様であり、喫煙行動の変化と心不全発症の関連が強かったのは、40-64歳の比較的若年層と男性であった。

→減煙ではなく禁煙により心不全のリスクが低下する。

### <選者コメント>

喫煙行動の変化と心不全発症の関連を調べた大規模な後方視的コホート研究です。

韓国百万人のデータベースの解析から、禁煙すると心不全発症リスクが14%減る一方で、1日本数を半分以下に減らしても、禁煙しなければリスクは逆に6%増加する（本数が増えた人と同等）ことが示されました。

本研究の優れた点としては、

国民全体を対象とした大規模研究であること、

煙状況を1時点ではなく2ポイントで評価し、

過去に吸ってきた量のみならず、喫煙量の変化の影響を見ていること、

約6年の長期に渡り追跡していること、

動脈硬化でなく心不全にフォーカスしていること、

などが挙げられます。

高齢者のみならず現役世代でこそリスクへの関与が大きいこと、これまでたくさん吸ってきてもリスクは減らせることも含め、減煙ではなく禁煙の重要性をお伝えできる報告と思います。

### <高橋裕子先生からのコメント>

大規模かつ喫煙状況を2時点で把握しての研究であり、しかも本数減ではリスク（心不全）が増えるという結果は「本数減ではだめ」という強力な論拠を与えてくれるものです。またその関連が働き盛り世代と男性で強かったとのことも、大きなインパクトがあります。

### <その他の最近の報告>

KKE321a 「肺癌の発症と死亡は喫煙開始が早いほど、また胎児期の曝露でも高まる」

Heng He等、Am J Respir Crit Care Med. 2023 Jan 15;207(2):173-182. PMID: 35943859

KKE321b 「実際に吸っているのが軽いタバコかどうかではなく軽いタバコを吸っていると思っている人が1日喫煙本数が多い：横断調査」

Roberta Freitas-Lemos等、Drug Alcohol Depend. 2023 Jan 13;244:109709. PMID: 36642000

KKE321c 「匂いの変化の有害事象報告が最も多かった薬剤はバレニクリン：FDA」

Peter Debbaneh等、Auris Nasus Larynx. 2023 Jan 20;S0385-8146(22)00240-. PMID: 36682949

KKE321d 「癌喫煙者への禁煙介入に関する系統的レビュー」

- Kate Frazer等、Int J Environ Res Public Health. 2022 Dec 18;19(24):17010. PMID: 36554894  
KKE321e 「加熱式や電子タバコがCOPDに与える影響についてのレビュー：エビデンスは不足」
- Jaymin B Morjaria等、Expert Rev Respir Med. 2022 Nov-Dec;16(11-12):1213-1226. PMID: 36638185  
KKE321f 「体重管理を同時に行う禁煙行動介入は介入終了時の禁煙率を高めるが長期の差はなし：メタ解析」
- Gloria García-Fernández等、Addict Behav. 2023 Jan 6;140:107606. PMID: 36642013  
KKE321g 「看護師による非薬物的禁煙介入の有効性に関する系統的レビュー」
- Handan Terzi等、Public Health Nurs. 2023 Jan;40(1):195-207. PMID: 36163702  
KKE321h 「加熱式タバコの心血管マーカー改善効果に関する系統的レビュー」
- Edin Begić等、Technol Health Care. 2023 Jan 5. PMID: 36641697  
KKE321i 「東南アジアのタバコ規制の問題点：レビュー」
- Kamran Siddiqi等、Lancet Reg Health Southeast Asia. 2023 Jan;8:100088. PMID: 36644450  
KKE321j 「糖尿病患者への禁煙介入のレビュー」
- Joseph Grech等、Prim Care Diabetes. 2023 Jan 19;S1751-9918(23)00005-0. PMID: 36681570  
KKE321k 「過去15年間に韓国の未成年喫煙者は減少したが（経験者28%から10%へ）コロナ蔓延で鈍化した」
- Hyoin Shin等、World J Pediatr. 2023 Jan 16;1-12. PMID: 36645642  
KKE321l 「重度のコロナ後遺症のリスク因子のひとつが喫煙：中国の横断調査」
- Martin Chi-Sang Wong等、JMIR Public Health Surveill. 2023 Jan 12. PMID: 36645453  
KKE321m 「嗅ぎタバコ使用はCovid-19罹患と関連する：スウェーデン」
- M R Galanti等、Sci Rep. 2023 Jan 21;13(1):1204. PMID: 36681700  
KKE321n 「禁煙期間と頭頸部扁平上皮癌の予後：10年以上の禁煙で予後が延長」
- John J W Lee等、Cancer. 2023 Jan 18. PMID: 36653915  
KKE321o 「米国成人の電子タバコ禁煙はデバイスや喫煙歴の有無で頻度が異なる」
- Amanda M Palmer等、Tob Control. 2023 Jan 17;tc-2022-057710. PMID: 36650050  
KKE321p 「都市部の子供の肺機能低下はDNAメチル化と受動喫煙が影響している」
- Matthew Dapas等、PLoS Genet. 2023 Jan 13;19(1):e1010594. PMID: 36638096  
KKE321q 「2019年世界の膵臓癌死亡の21%は喫煙に起因する」
- Wenkai Jiang等、Int J Environ Res Public Health. 2023 Jan 14;20(2):1552. PMID: 36674311  
KKE321r 「2015年から2018年にかけて日本の加熱式タバコ使用は10倍増えた：JASTIS研究」
- Ai Hori等、Environ Health Prev Med. 2023;28:5. PMID: 36653145  
KKE321s 「フィルター性能の異なる銘柄に変えても1日喫煙本数は変わらない」
- Dana Mowls Carroll等、Tob Control. 2023 Jan 23. PMID: 36690447