

いきいきゼミナール

健康と医療

健康と医療についてゲストに語っていただくコーナーです

テーマ「禁煙治療」ゲスト 白石内科クリニック 干野 英明 医師



喫煙は喫煙者自身の健康への影響に加え、周囲の人たちの健康にも影響を及ぼしています。これを受動喫煙といいます。タバコの煙には、喫煙者が直接吸い込む煙(主流煙)と、タバコから立ち上る紫煙(副流煙)があり、有害物質は副流煙に多く含まれます。

禁煙を始めても、ついまたタバコを吸ってしまうのは、タバコの煙に含まれるニコチンに強い依存性があるからです。タバコを吸うと、ニコチンが肺から血中に入り、すぐに脳に達します。脳にはニコチン受容体という組織があり、ニコチンが結合すると快感を生じさせる物質(ドーパミン)が放出されます。これを繰り返すうちに、ニコチンがないとイライラするなどの禁断症状が出現し、依存症に向かってしまうのです。吸ってもおいしいといった満足感を

禁煙治療はどのように進められるのですか。

現在、常習喫煙は「ニコチン依存症」という名の「病気」とされ、外来での治療には医療保険が適用されるようになりました。

禁煙治療薬には大きく分けて二つあります。一つは、ニコチンガムとニコチンパッチです。タバコ以外の方法でニコチン量を調節する方法(ニコチン置換療法)です。ガムは口の粘膜から、パッチは1日1枚を腕や背中などに貼付することでニコチンを吸収し、段階的にニコチンの量を減らしていきます。

もう一つは、服用するとタバコを

覚えにくくする飲み薬です。薬の成分がニコチンの代わりに脳のニコチン受容体と結びつき少量のドーパミンを放出し、イライラなどの症状を軽くします。また、ニコチンが受容体に結びつくのを邪魔するため、タバコを吸いたいという切望感が軽減され、スムーズに禁煙できる仕組みとなっています。この薬はニコチンを含まないため、ニコチン置換療法が難しい心血管疾患のある人にも使用できます。ただし、内服中の自動車の運転が禁止されるなど、いくつかの制限もあります。

禁煙治療を希望する人は、医師とよく相談の上、自分に合った治療法を選択することが大切です。

病院訪問

白石内科クリニック



▲外観

風邪、気管支炎、肺炎、喘息(ぜんそく)などの呼吸器疾患やアレルギー性鼻炎、花粉症といったアレルギー性疾患の治療を中心に、肺がんのセカンドオピニオン、禁煙外来(保険診療)まで、きめ細かく診療しています。2013年7月1日に移転しました。

住所/札幌市白石区中央1条7丁目10-30
白石中央メディカルビル 一階
電話番号/011-868-2711
診察受付/月・木曜 9:00~12:30 14:00~19:00、
火・金曜 9:00~12:30 14:00~18:00、
水・土曜 9:00~12:30
休診日/日曜・祝日 院長/干野 英明

企画制作/北海道新聞社広告局