

禁煙治療について

柏崎総合医療センター
呼吸器内科
久代 航平



2024年1月4日 ショートレクチャー

たばこの種類

紙巻きタバコ



表：新型タバコの分類と種類

分類	種類	
タバコ製品	加熱式タバコ	
	高温加熱式	IQOS [®] 、glo [®] 、ブルーム・エス [®]
	低温加熱式	ブルーム・テック [®] 、ブルーム・テック・プラス [®]
非タバコ製品	ニコチン非含有電子タバコ [#]	
	(電化製品)	

#：日本ではニコチン含有電子タバコの販売は許可されていません。

高温加熱式タバコ



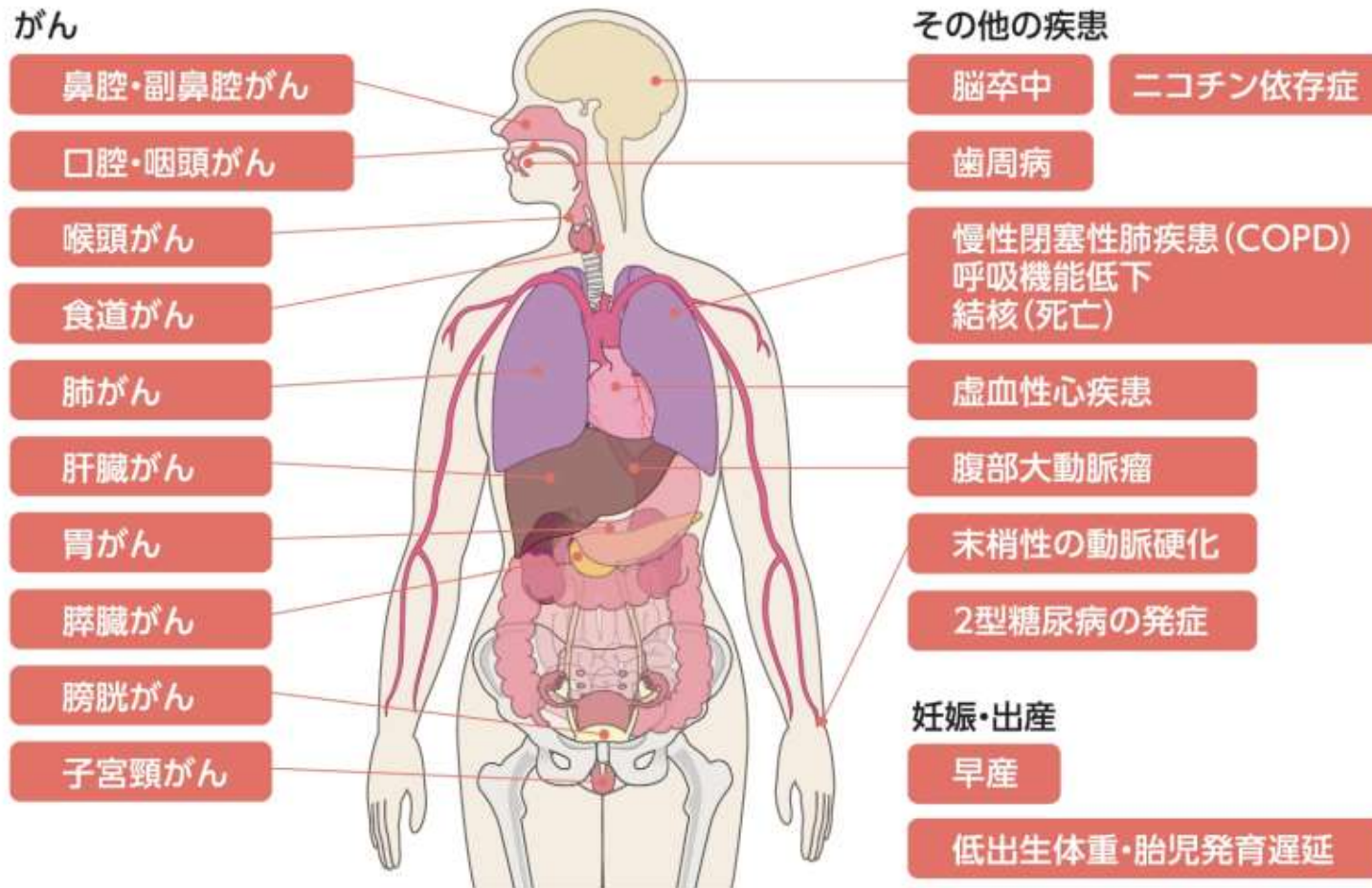
低温加熱式タバコ



電子タバコ



タバコが影響を与える病気



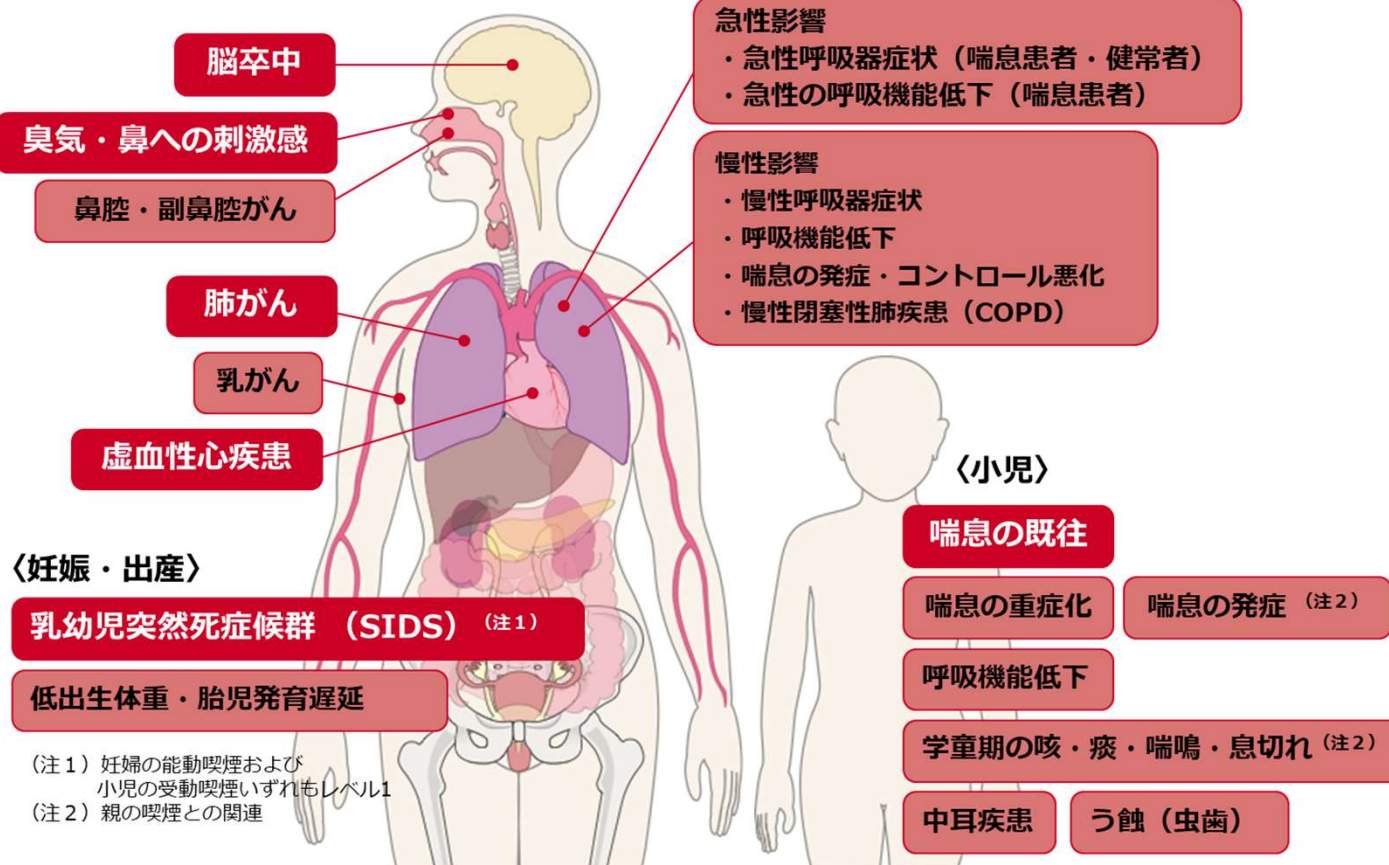
受動喫煙による健康被害

レベル1

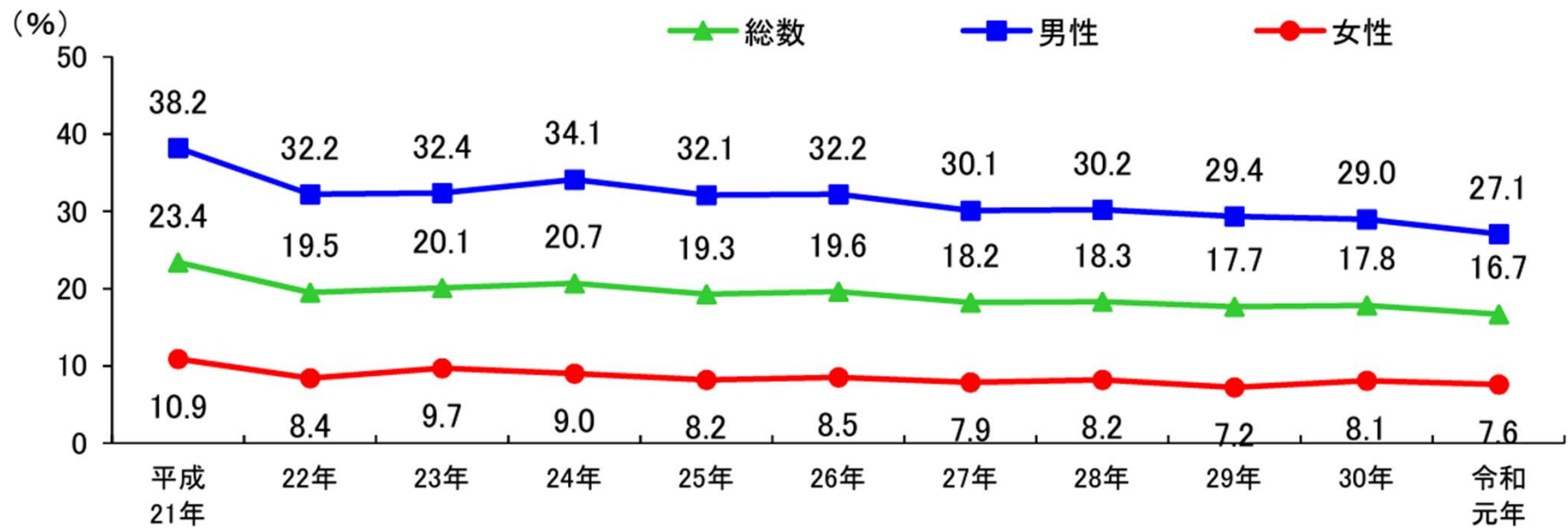
科学的証拠は
因果関係を推定するのに十分である

レベル2

科学的証拠は
因果関係を示唆しているが十分ではない



日本の喫煙率について



令和元年国民健康・栄養調査結果

健康日本21(第2次)

◎ 成人の喫煙率を12%にする



18.3% ▶ 12%目標
(平成28年) (令和4年度)

◎ 未成年の喫煙を0%にする



中学1年
男子

1.0% ▶ 0%目標
(平成26年) (令和4年度)



中学1年
女子

0.3% ▶ 0%目標
(平成26年) (令和4年度)

◎ 妊娠中の喫煙を0%にする



妊婦
3.8%
(平成25年)
▶ 0%目標
(令和4年度)



高校3年
男子

4.6% ▶ 0%目標
(平成26年) (令和4年度)

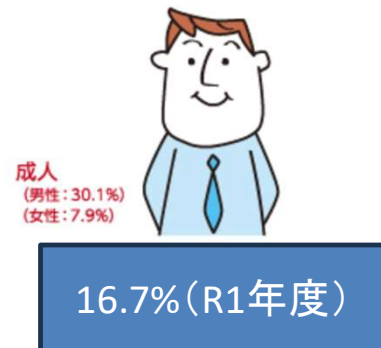


高校3年
女子

1.4% ▶ 0%目標
(平成26年) (令和4年度)

健康日本21(第2次)

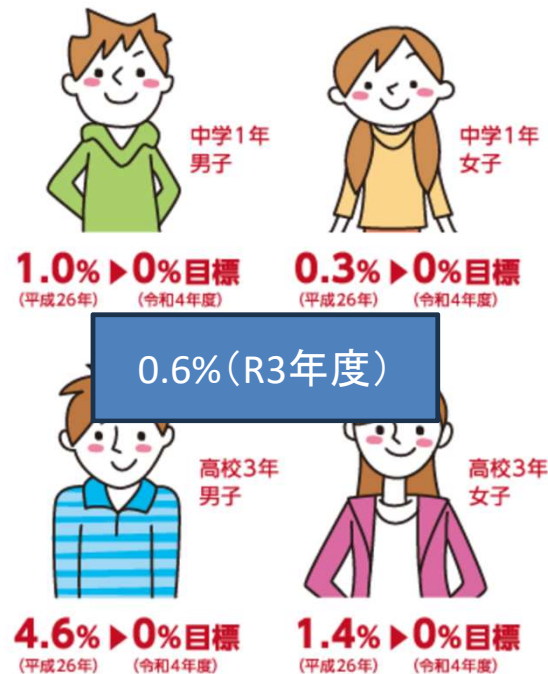
◎ 成人の喫煙率を12%にする



◎ 妊娠中の喫煙を0%にする



◎ 未成年の喫煙を0%にする



今日は禁煙治療のお話



禁煙に関するガイドライン

禁煙治療のための標準手順書 第 8.1 版

本手順書は、2020 年 4 月に作成した第 7 版の内容に、2021 年 4 月 1 日現在までの変更点を反映し作成したものです。また、2021 年 9 月、パレニクリンの出荷停止にかかる留意事項を附記しました。
今後変更が起こりうるかもしれませんので、厚生労働省の通知などの内容を改めて確認して下さい。

2021 年 9 月

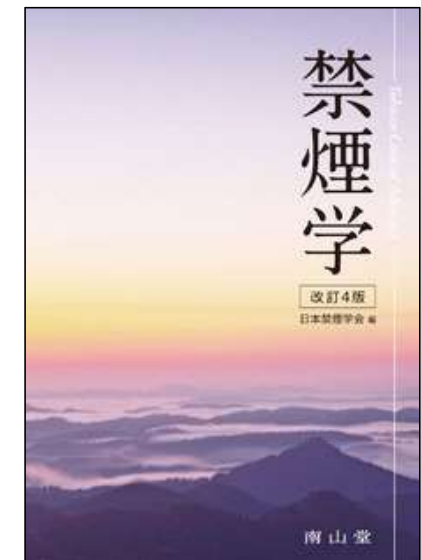
日本循環器学会
日本肺癌学会
日本癌学会
日本呼吸器学会

2011/7/14 更新版

循環器病の診断と治療に関するガイドライン（2009 年度合同研究班報告）

禁煙ガイドライン（2010 年改訂版）
Guidelines for Smoking Cessation (JCS 2010)

合同研究班参加学会：日本口腔衛生学会、日本口腔外科学会、日本公衆衛生学会、日本呼吸器学会、
日本産科婦人科学会、日本循環器学会、日本小児科学会、日本心臓病学会、日本肺癌学会



健診・保健指導の場、一般外来での禁煙推進（短時間支援）

禁煙の
声かけ

① Ask 喫煙状況の把握（バイタルサインの
ように受診のたびに質問し状況をカルテに記録）



喫煙あり

② Brief Advise 短時間支援

- ・ 禁煙の重要性を高めるアドバイス
禁煙すべきであることを「はっきり」伝える
禁煙が「重要かつ優先順位が高い健康問題であること」を強調する
喫煙の健康影響、禁煙の効果について「個々の関心に合わせて」情報提供する
- ・ 禁煙のための解決策の提案
禁煙補助薬、禁煙外来を利用した方が「楽に」「より確実に」
「費用もさほどかからずに」禁煙できることを伝える



禁煙意志あり

③ Refer 医療機関の紹介

禁煙外来の受診、禁煙補助剤の利用を勧める



禁煙意志なし～わずか

「5Rアプローチ」
「禁煙動機の強化」



禁煙無関心期（その気がない方）への対応

～禁煙の動機を高める5 Rアプローチ～

■ 関連性 (Relevance)

- ・ 患者個人の特性（自身の病気、健康への不安、家庭での子どもへの影響、社会的立場、過去の禁煙経験や失敗の原因など）と関連づけた情報の提供

■ リスク (Risks)

- ・ 患者が喫煙の健康影響についてどのように考えているかを尋ね、その中から、患者に最も関係のありそうな健康影響に焦点を当てて情報を提供

■ 報酬 (Rewards)

- ・ 患者自身が禁煙の効果についてどのように考えているかを尋ねるとともに、患者に最も関係のありそうな禁煙の効果についての情報を提供

■ 障害 (Roadblocks)

- ・ 患者の禁煙を妨げる要因（障害）となっているものは何かを尋ね、それを解決するための方法（問題解決型のスキルトレーニング、薬物治療）について助言

■ 反復 (Repetition)

- ・ 禁煙の動機付けを強化するための働きかけは、患者の来院ごとに繰り返し行う

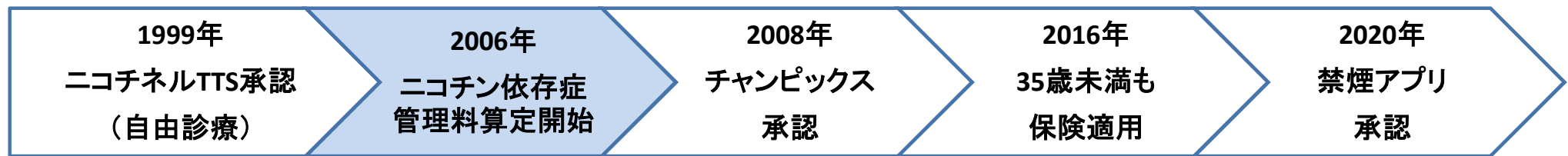


特定非営利活動法人

日本肺癌学会

THE JAPAN LUNG CANCER SOCIETY

日本の禁煙外来の歴史



2001年
ニコレット発売



2008年
ニコチネルパッチ発売

禁煙外来

以下の基準を満たしていれば禁煙治療を保険診療で行うことができます。

- ①ニコチン依存症の判定テストが5点以上
- ②一日の本数×喫煙年数が200以上
- ③ただちに禁煙を始めたいと思っている
- ④禁煙治療を受けることを文書で同意している

加熱式たばこの場合
スティックタイプ: 1本＝紙巻1本
カプセルタイプ: 1箱＝紙巻20本

※ちなみに35歳未満は喫煙本数に関係なく保険で治療できます

ニコチン依存症テスト(TDS)

Q1	自分が吸うつもりよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまいましたか。
Q2	禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありますか。
Q3	禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてほしくてたまらなくなることがありましたか。
Q4	禁煙したり本数を減らしたときに、次のどれかがありましたか。 <div><div>・イライラ</div><div>・眠気</div><div>・神経質</div><div>・胃のむかつき</div><div>・落ち着かない</div><div>・脈が遅い</div><div>・集中しにくい</div><div>・手のふるえ</div><div>・ゆううつ</div><div>・食欲または体重増加</div><div>・頭痛</div></div>
Q5	上の症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか。
Q6	重い病気にかかったときに、タバコはよくないとわかっているのに吸うことがありましたか。
Q7	タバコのために自分に健康問題が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか。
Q8	タバコのために自分に精神的問題※が起きていると分かっているのに、吸うことがありましたか。
Q9	自分はタバコに依存していると感じることがありましたか。
Q10	タバコが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度かありましたか。

禁煙外来のスケジュール

保険診療での治療スケジュール



禁煙開始
(初診より8日目)

1 2週間以降も引き続き治療を
継続される場合は、自費扱いとなります。

各種治療薬

チャンピックス
(バレニクリン)

ニコチネルTTS

禁煙アプリ
(CureApp SC)

ニコチンガム

ニコチンパッチ



40000円くらい
(薬価)

12000円くらい
(薬価)

2540点
(チャンピックスとの併用のみ)

50粒 3000円くらい
(Amazon)
1日4-12粒

14枚 3500円くらい
(Amazon)
1日1枚

12週間

8週間

6ヶ月間

12週間

8週間

処方箋医薬品

一般用医薬品 (OTC)

禁煙補助剤 バレニクリン

(1) ニコチンの離脱症状を軽くする (2) タバコをおいしいと感じにくくする



内服することで
少量のドパミンが放出



ニコチンがニコチン受容体に
結合するのを阻害する

- ・ 内服薬
- ・ ニコチンを含まない
→ 循環器疾患患者
でも使いやすい

離脱症状と
喫煙による満足感を抑制
↓
無理なく禁煙

* ニコチン依存症の診断を満たせば、
健康保険が適用される

禁煙治療（禁煙外来を受診）する場合

標準治療期間は12週間（受診回数5回） 最初の1週目は喫煙と併用しながら内服
禁煙治療アプリ（含：COチェッカー）との併用も可



特定非営利活動法人

日本肺癌学会

THE JAPAN LUNG CANCER SOCIETY

残念ながら・・・

チャンピックス錠 出荷停止継続のお詫びとご案内

謹啓 時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。平素は弊社並びに弊社製品に格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

下記の理由から、チャンピックス錠の出荷停止^{注)}を継続いたしますことをお詫び申し上げます。

製薬会社としての重要な使命であります医薬品の安定供給が確保できず、医療関係者の皆様、患者様に多大なご迷惑をお掛けしておりますこと、心より深くお詫び申し上げます。何卒事情をご賢察の上、引き続きご理解とご協力を賜ります様、よろしくお願い申し上げます。

謹白

記

【対象製品】

製品名	包装	統一商品コード	出荷量の状況・ 弊社の対応状況 ^{注)}	卸様への 通常出荷再開日
チャンピックス錠 0.5mg	28 錠 (PTP)	114-00540-3	D：出荷停止	判明次第、 ご案内いたします
チャンピックス錠 1mg	28 錠 (PTP)	114-00590-8		
	84 錠 (PTP)	114-00560-1		
	700 錠 (PTP)	114-00570-0		
チャンピックス スタート用パック	1 パック (0.5mg×11 錠、1mg×14 錠)	114-00500-7		
	5 パック (0.5mg×11 錠、1mg×14 錠)	114-00510-6		

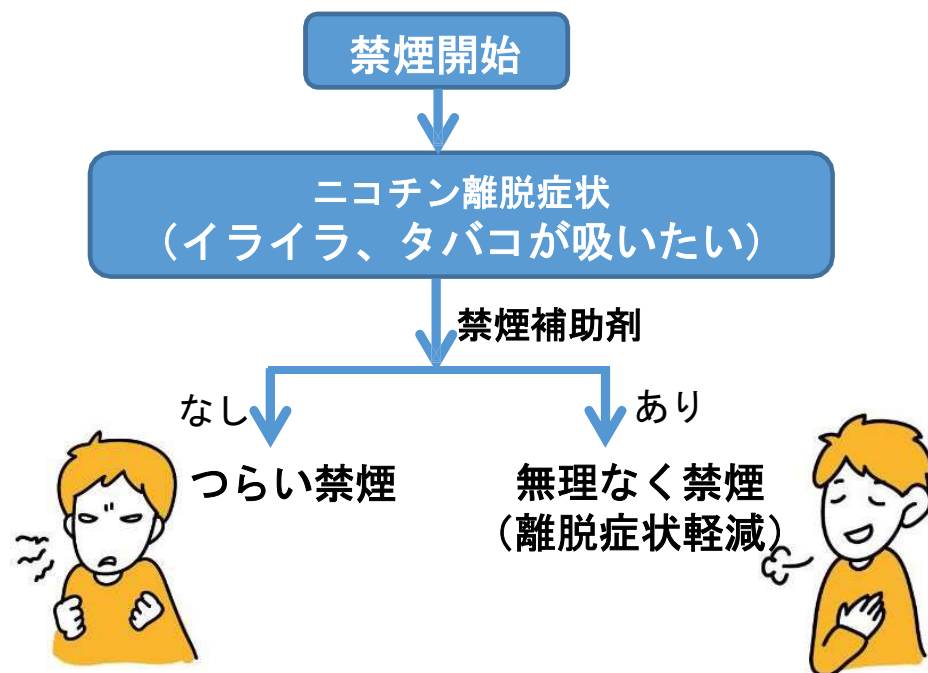
注) 日本製薬団体連合会より 2022 年 4 月 12 日付で発出された日薬連発第 297 号「医療用医薬品の供給状況に関する用語の定義と今後の情報提供について」に基づき記載しております。また、今回のご案内より用語を一部変更（「出荷保留」を「出荷停止」に変更）しておりますが、これまでの表記と同義となります。

2021年6月から供給が止まっています...

禁煙補助剤 ニコチンパッチ

皮膚からニコチンを補充（ニコチン置換療法）
→**離脱症状**を和らげ、無理なく禁煙

- ・ **市販用（中・小）** …起床時から就寝前まで貼付
薬局・薬店で購入可能
- ・ **医療用（大・中・小）** …1日1枚24時間貼付可
禁煙外来での診察と処方箋が必要

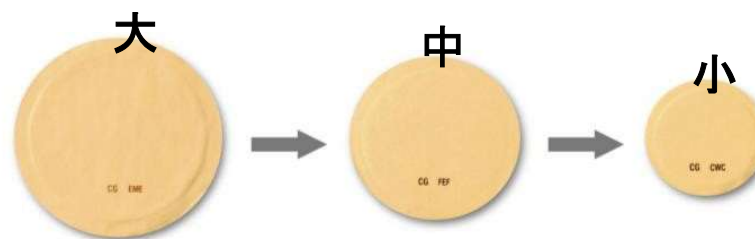


市販用パッチの使用方法

中パッチを最初の6週間→小パッチを2週間貼付

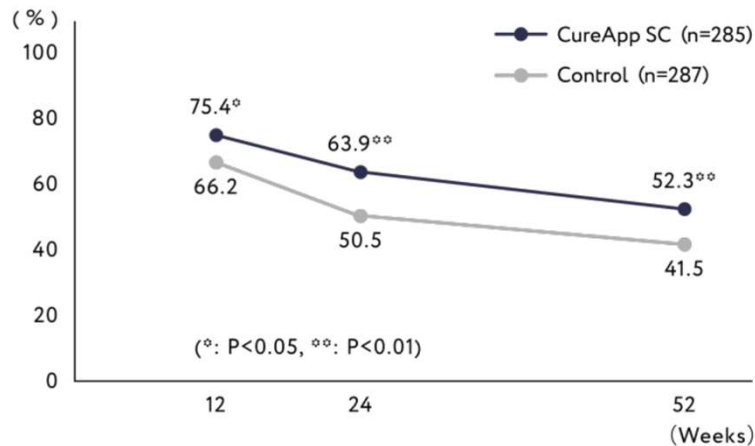
禁煙治療（禁煙外来を受診）する場合（医療用パッチを使用）

大パッチを最初の4週間→中パッチを2週間→小パッチを2週間貼付



禁煙アプリ(CureApp SC)

- 2020年12月に保険適用
- CO測定器とアプリによりサポート
- 禁煙治療成功率を向上



アプリ
心理的依存の
克服をサポート

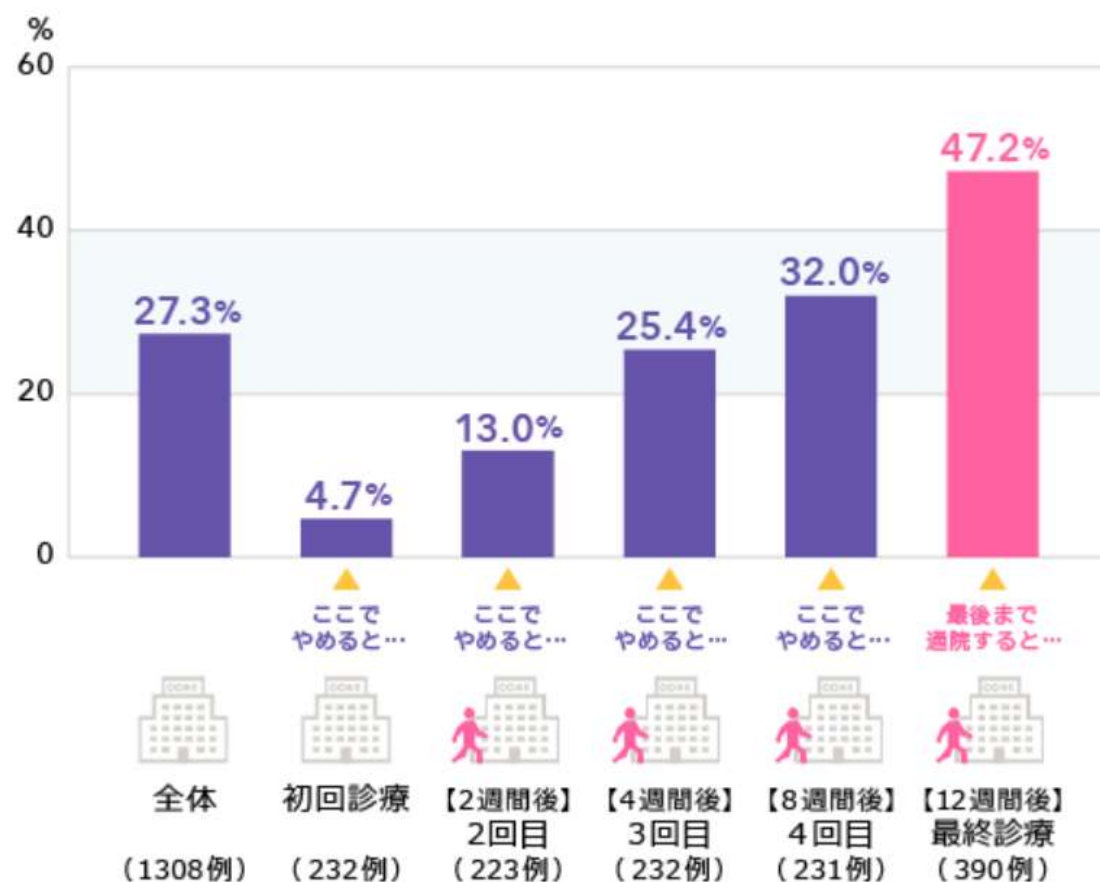
禁煙補助薬
身体的依存を
緩和



禁煙外来の費用

		ニコチンパッチの場合*6		バレニクリンの場合*6		バレニクリン+アプリ及びCO チェッカーの場合*6	
		費用	自己負担額 (3割負担)	費用	自己負担額 (3割負担)	費用	自己負担額 (3割負担)
診療所	初診料+再診料*1	7,780 円		7,780 円		7,780 円	
	ニコチン依存症管理料*2	9,620 円		9,620 円		9,620 円	
	アプリ及び CO チェッカー 指導管理料・材料加算	-	5,830 円	-	6,040 円	25,400 円	13,660 円
	院外処方箋料*3	2,040 円		2,720 円		2,720 円	
保険 薬局	調剤基本料・調剤料*4	2,910 円		6,370 円		6,370 円	
	禁煙補助薬*5	21,280 円	7,260 円	40,040 円	13,920 円	40,040 円	13,920 円
合計		43,630 円	13,090 円	66,530 円	19,960 円	91,930 円	27,580 円

どれぐらいの人が禁煙できるか



禁煙後良くなること

禁煙後の時間経過による変化とメリット（数ヶ月～数年）



1~2ヶ月

慢性気管支炎の症状
(咳、痰、喘鳴)が改善



1年

軽度・中度のCOPD患者で肺機能が改善



2~4年

心臓の病気※のリスクが、タバコを吸い続けている人に比べて、かなり低下

※狭心症や心筋梗塞といった冠動脈疾患



10~15年

咽頭がんのリスクが、タバコを吸い続けている人より、60%も低下



10~19年

肺がんのリスクが、タバコを吸い続けている人より、70%も低下



20年

口腔がんのリスクが、タバコを吸わない人と同じに

Take Home Message

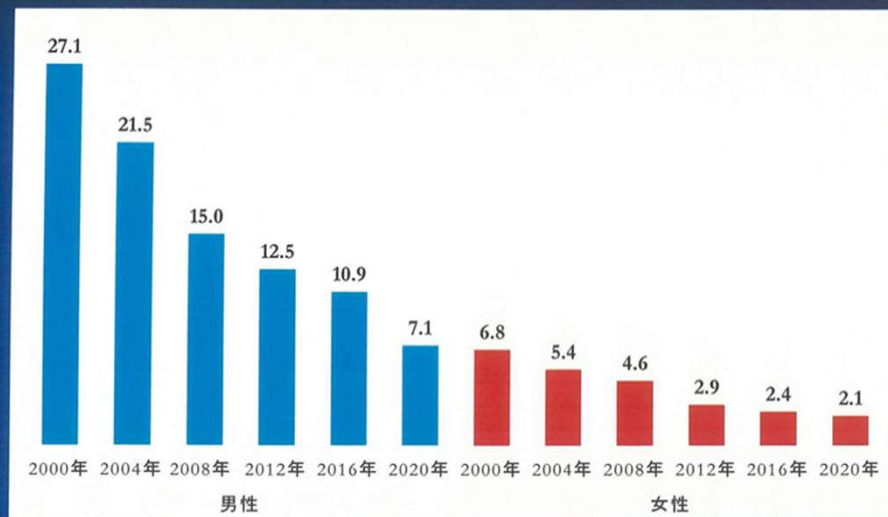
- 喫煙はあらゆる疾患のリスクになります。
- まずは動機付け！だれでもできます！
- 治療意欲があれば禁煙外来へ！

- 日本肺癌学会に喫煙問題についてまとめたスライドキットがあります。
- 学会員でなくても見れますので興味がある方はぜひ



医療者(医師)について

図1 喫煙率の推移(単位: %)



12

表3 診療科別の喫煙率の推移 (男性)

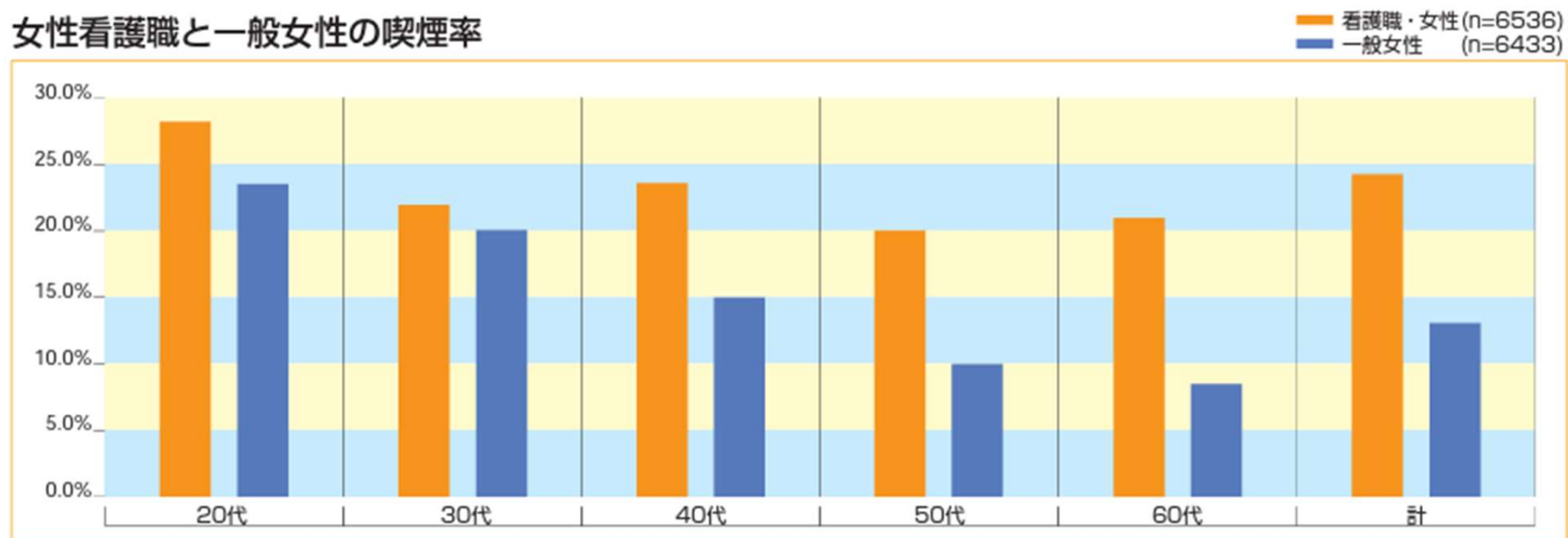
		内科	呼吸器科	循環器科	消化器科	外科	整形外科	小児科	産婦人科
2000年	n	1156	159	260	399	403	238	293	187
	%	24.2	18.9	20.0	27.1	32.5	26.9	24.2	26.2
2004年	n	1112	161	251	395	431	234	282	179
	%	20.5	14.9	15.5	21.5	24.6	21.4	18.4	26.3
2008年	n	1027	110	199	351	339	243	254	152
	%	13.0	3.6	13.6	13.7	19.8	15.2	13.4	17.8
2012年	n	2127	208	412	690	659	424	462	263
	%	11.6	6.7	9.0	13.5	12.4	17.0	10.8	11.4
2016年	n	1918	231	404	613	599	452	392	259
	%	9.8	3.5	8.4	11.3	13.2	11.9	8.7	13.1
2020年	n	1911	227	396	584	546	428	390	210
	%	6.0	4.0	3.0	8.4	8.1	8.2	5.1	11.9

		精神科	皮膚科	泌尿器科	眼科	耳鼻咽喉科	健診科	その他
2000年	n	101	128	75	88	84	-	250
	%	32.7	22.7	38.7	27.3	33.3	-	21.6
2004年	n	113	139	84	86	108	-	263
	%	22.1	20.9	26.2	17.4	18.5	-	17.5
2008年	n	91	114	68	94	102	-	280
	%	23.1	16.7	19.1	13.8	16.7	-	12.1
2012年	n	198	205	134	211	228	-	500
	%	17.7	7.8	17.9	10.9	11.8	-	12.4
2016年	n	203	206	126	181	183	-	569
	%	14.3	10.2	17.5	9.9	15.3	-	9.8
2020年	n	198	175	155	197	190	59	482
	%	11.6	9.1	12.9	8.6	5.8	1.7	6.2

14

医療者（看護師）について

女性看護職と一般女性の喫煙率



日本看護協会2002年データ

若年者について

年 齢	心理的治療	薬物療法			社会的治療
			NRT	バレニクリン	
15 歳未満	カウンセリングが基本 ・ 動機づけ面接法 ・ 認知行動療法など	心理的治療だけでは 困難な場合に併用	○	不可	・ 20 歳未満においては家族等 の治療同意が必要 ・ 他の年齢においても必要に応 じて家族等への対応と学校関 係者との連携を行う
15 歳以上 18 歳未満			○	△	
18 歳以上 20 歳未満			○	○	
20 歳以上 35 歳未満	若年者の特徴や注意 点を念頭に置いた対応	「禁煙治療のための標準手順書」に沿って処方			

○：添付文書では若年者の使用に対して特別な注意記載はないが、使用可能と考えられる。

△：添付文書では「小児等に対する安全性は確立されていない」とあり、使用には慎重な対応が必要である。

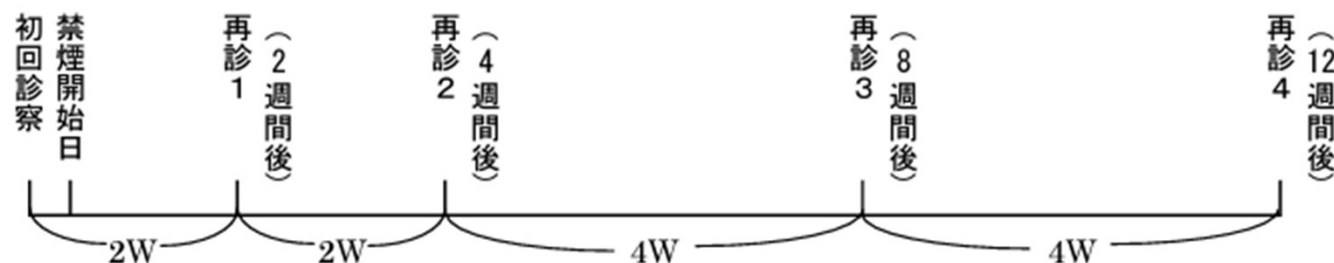
NRT:ニコチン置換療法

日本禁煙学会 若年者の禁煙治療指針より

禁煙外来施設基準

- (1) 禁煙治療を行っている旨を保険医療機関内の見やすい場所に掲示していること。
- (2) 禁煙治療の経験を有する医師が1名以上勤務していること。
- (3) 禁煙治療に係る専任の看護師又は准看護師を1名以上配置していること。
- (4) 禁煙治療を行うための呼気一酸化炭素濃度測定器を備えていること。
- (5) 保険医療機関の敷地内が禁煙であること。
- (6) 情報通信機器を用いて診察を行う保険医療機関にあつては、厚生労働省「オンライン診療の適切な実施に関する指針」に沿って診療を行う体制を有すること。
- (7) ニコチン依存症管理料を算定した患者の指導の平均継続回数及び喫煙を止めたものの割合等を、地方厚生(支)局長に報告していること。

保険点数について



【ニコチン依存症管理料1】

対面診療（従前どおり）

230点 184点 184点 184点 180点

再診時・情報通信機器利用

230点 155点 155点 155点 180点

（対面）

（対面）

【ニコチン依存症管理料2】（新設）

800点 0点 0点 0点 0点

失敗した場合...

- 本人のチャレンジ意欲さえあれば初回算定日から1年経過していれば再算定可能です。

EVALI

(e-cigarette, or vaping, product use associated lung injury)

- 電子タバコによって引き起こされる急性肺障害。
- テトラヒドロカンナビノール(THC)などの物質が原因。
- 日本ではTHC・ニコチン含有電子タバコは販売禁止されているが、個人輸入は違法ではない。