



しいのみつうしん

第34号 2008年9月

禁煙を考えている方へ

禁煙補助剤の話

日本での喫煙率は、年々減少し、2005年の国民健康栄養調査によると、男性39.3%、女性11.3%となっています。しかし、先進国に比べると依然として高水準にあり、喫煙により年間11万人余り、受動喫煙により年間2~3万人が死亡していると推計されています。

また、WHOや世界銀行は、20世紀はすでに1億人がタバコによって死亡し、21世紀中にはさらに10億人がタバコにより殺されると警告しています。

日本では、2006年4月から禁煙治療が保険診療で認められたのに加え、この間、薬局で禁煙補助剤が販売されるようになりました。さらに、今年5月には、初の経口禁煙治療薬が保険で認められ発売が開始されました。今まで保険でしか扱えなかったニコチンの貼り薬が薬局でも販売できるようになりました。

禁煙を考えている方、是非この機会に禁煙に取り組んでみてはどうでしょうか。

【喫煙は「ニコチン依存症」】

喫煙は単なる習慣ではなく、「ニコチン依存症」という病名でWHOや米国精神医学会から診断基準が示されています。ニコチン依存症は、精神的依存だけではなく、身体的依存（離脱症状の存在）の2つから成り立っており、依存性が形成され喫煙を続けることでの健康への悪影響が多く報告されています。

【禁煙補助剤とは】

喫煙による「ニコチン依存症」から離脱するとき、禁煙補助剤を使用するとより禁煙が容易となります。禁煙補助剤には、大きく分類して以下の2種類があります。

- 1) 禁煙初期にニコチンを「ガム」又は「貼り薬」により補うことにより、喫煙の習慣と離脱症状の軽減を図ります。
- 2) 禁煙初期に内服治療薬で脳内のニコチン受容体に選択的に結合してタバコを吸いたいという気持ちや離脱症状を緩和させます。

1、保険診療でニコチン依存症の治療を行う場合

保険診療を利用して禁煙治療を行う場合は、以下の条件を満たしている必要があります。保険診療を利用する場合は必ず医師の処方箋が必要となります。

- 1、一定の施設基準を満たした医療機関へ受診する必要があります。現在、岐阜市で36施設、関市で4施設、各務原市で7施設の登録があります。電話等で確認して下さい。
- 2、治療を受ける人が直ちに禁煙しようと考えていること
- 3、ニコチン依存症に係るスクリーニングテスト（別掲）が5点以上であること
- 4、ブリックマン指数（1日喫煙本数×喫煙年数）が200以上であること
- 5、禁煙治療を受けることを文書により同意していること

2、保険診療外で治療を行う場合

処方箋なしで直接薬局で購入できます。この場合保険は適用されません。剤型としては、ガムと貼付剤の2種類があります。薬剤師と相談をしながら禁煙治療を進めます。

[ニコチン依存症に係るスクリーニングテスト]

以下の質問に対し5つ以上「はい」がある人が対象となります。

- 問1 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うことがありましたか。
 問2 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したか。
 問3 禁煙を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。
 問4 禁煙を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。(イライラ、神経質、落ち着かない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手のふるえ、食欲または体重増加)
 問5 問4で伺った症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか。
 問6 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。
 問7 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。
 問8 タバコのために自分に精神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。
 問9 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。
 問10 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。

3、禁煙補助剤の種類と特徴・費用

禁煙補助剤として以下の医薬品が使用されています。その標準的な使用法、特徴と副作用・標準的な費用について一覧表にまとめました。

	薬の商品名と製剤	標準的な使用法（1日20本の喫煙）	剤型・副作用	標準的な費用
保険適用	ニコチネルTTS TTS10 コシ 17.5mg TTS20 コシ 35mg TTS30 コシ 52.5mg	1日1回1枚、24時間貼付する。通常最初の4週間はTTS30を、次の2週間はTTS20を、最後の2週間はTTSを貼付する。10週間を超えて継続しない。	貼付剤 紅斑（かぶれ、発疹等）、不眠、掻痒など	3割負担として 診察料・管理料・薬代含め 約12,000円
	チャンピックス 1錠0.5mg、1mg	第1～3日目は、0.5mgを1日1回食後に第4～7日目は0.5mgを1日2回朝夕食後に、第8日目以降は、1mgを1日2回朝夕食後に服用する。本剤の投与期間は12週間。	内服薬 嘔気、不眠、異常な夢、頭痛、鼓腸など	3割負担として 診察料・管理料・薬代含め 約18,500円
保険適用外	ニコレット 1個中にニコチン2mg a) ニコレット b) ニコレットミント c) ニコレットクールミント	タバコを吸いたくなったら、1回につき1個をかむ。通常1日4～12個から始め、1週間毎に1日の使用回数を1～2個ずつ減らし1日1～2個になったら使用をやめる。	ガム 喉の不快感、刺激感、異物感、嘔気、口内炎	メーカー希望小売価格 a), b) の場合 12個入 1100円 24個入 2100円 48個入 3950円 96個入 6900円
	ニコレットパッチ パッチ1 24.9mg パッチ2 16.6mg パッチ3 8.3mg ※他の製品としてニコチネルパッチ、シガノンC Qがある	最初の6週間はニコレットパッチ1を1日1回1枚、起床時に貼付し、約16時間を目安に使用、就寝前に剥がす。次の2週間はニコレットパッチ2を、その次の2週間はニコレットパッチ3を同様に使用する。タバコを吸うのを止めてから使用する。	貼付剤 痒み、発赤、嘔気、頭痛など	メーカー希望小売価格（7枚入り） パッチ1 2800円 パッチ2 2500円 パッチ3 2400円 標準使用で 26,600円

※ 治療開始前の毎日の喫煙の本数により使用法は増減します。

しいのみ禁煙教室のお知らせ

ヘルスアップチャレンジ企画の一環として、10月2日 午後3時より しいのみセンター薬局（みどり病院前）にて禁煙教室を開催します。保険での禁煙治療や禁煙補助剤の上手な使い方などを中心に、禁煙を希望されている方やご家族の方が対象の学習会を行います。

お薬や「健康食品」のことなどに関して、Eメール (shiinomi@blue.ocn.ne.jp) によるご相談もお受けしています。お気軽にご相談下さい。 ファルマネットぎふ ホームページ (<http://www.pharma-net.co.jp>)

しいのみ薬局 ☎0575-27-0130

しいのみセンター薬局 ☎058-241-1818

華陽しいのみ薬局 ☎058-271-1640

南しいのみ薬局 ☎058-244-2112