

テレビ診察室

平成29年 6月 4日（日） 放送分

～ 薬局における禁煙支援について①～

一般社団法人 青森県薬剤師会
常務理事 河原木 智

都道府県別 成人喫煙率（2013年）

	男 性	女 性
1	青森(40.3%)	北海道(17.8%)
2	佐賀(39.6%)	青森(14.3%)
3	北海道(39.2%)	埼玉(13.1%)
4	福島(38.9%)	大阪(12.9%)
5	秋田(38.2%)	福島(12.1%)

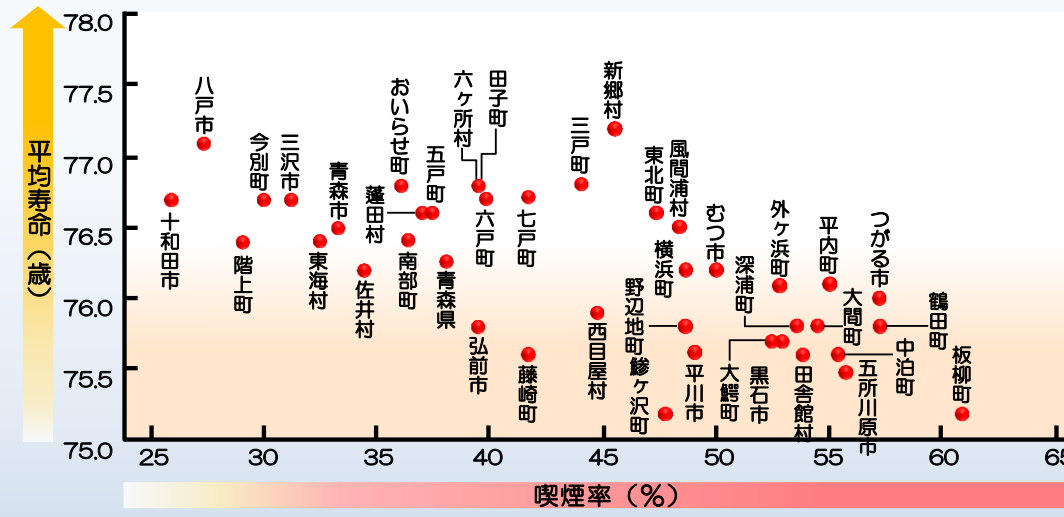
全国平均 33.7%

10.7%

（国民生活基礎調査）

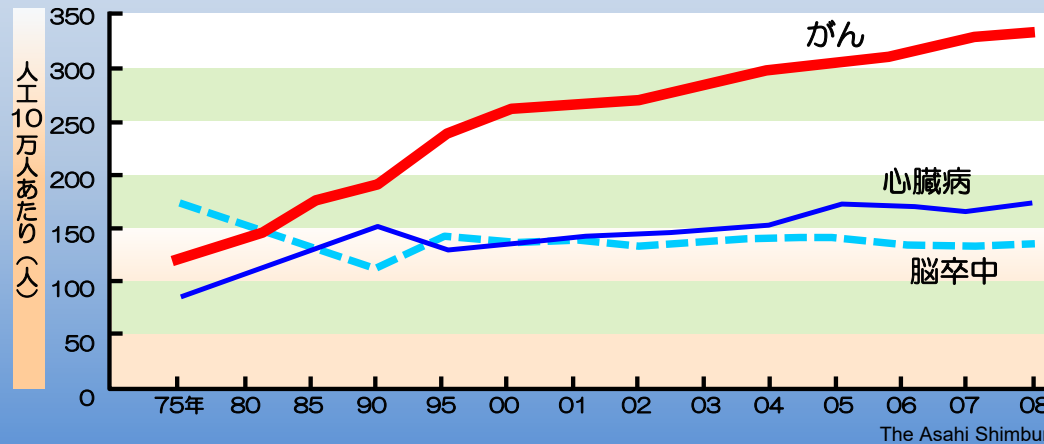
県内市町村の平均寿命と40歳以上の喫煙率（男性）

（厚生省の05年度調査をもとに作製）



県内の三大死因による死亡率の推移

（県の資料をもとに作製）



朝日新聞

2009. 07. 02より

タバコの3大有害物質

一酸化炭素

ヘモグロビンと結合して
酸素の運搬を防げ、
血管を傷つける

タール

60種類以上の
発がん性物質が
含まれている

ニコチン

血管が収縮し、
血液の流れが
悪くなる



この他に
有害物質が
200種類以上

タール

発がん性



健康な肺



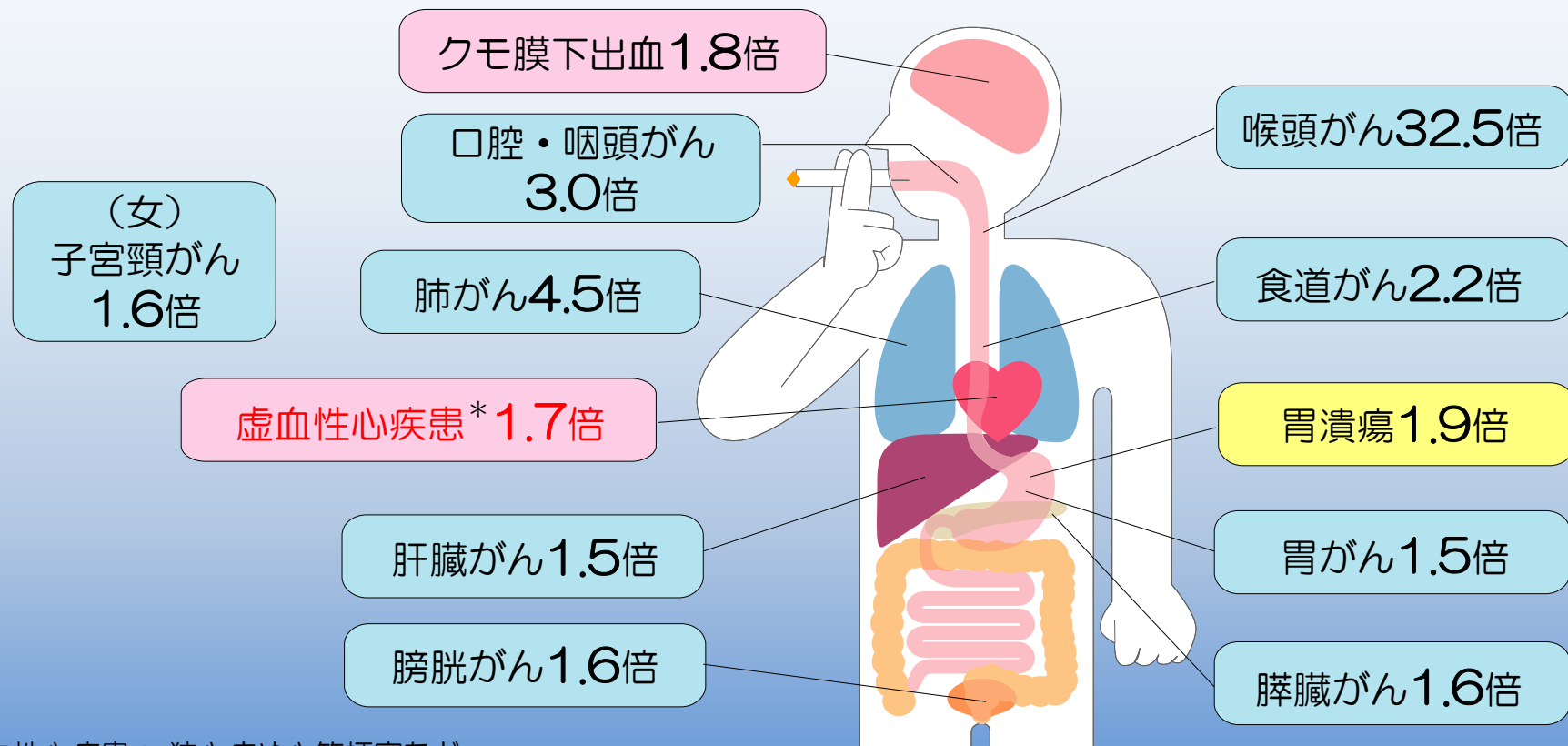
たばこによる肺の変化



肺がタールにより
黒く変色

タバコと病気

非喫煙者を1としたときの喫煙者の死亡率（男）



* 虚血性心疾患：狭心症や心筋梗塞など

Hirayama T: Life-style and mortality, a large scale census-based cohort study in Japan, 1990

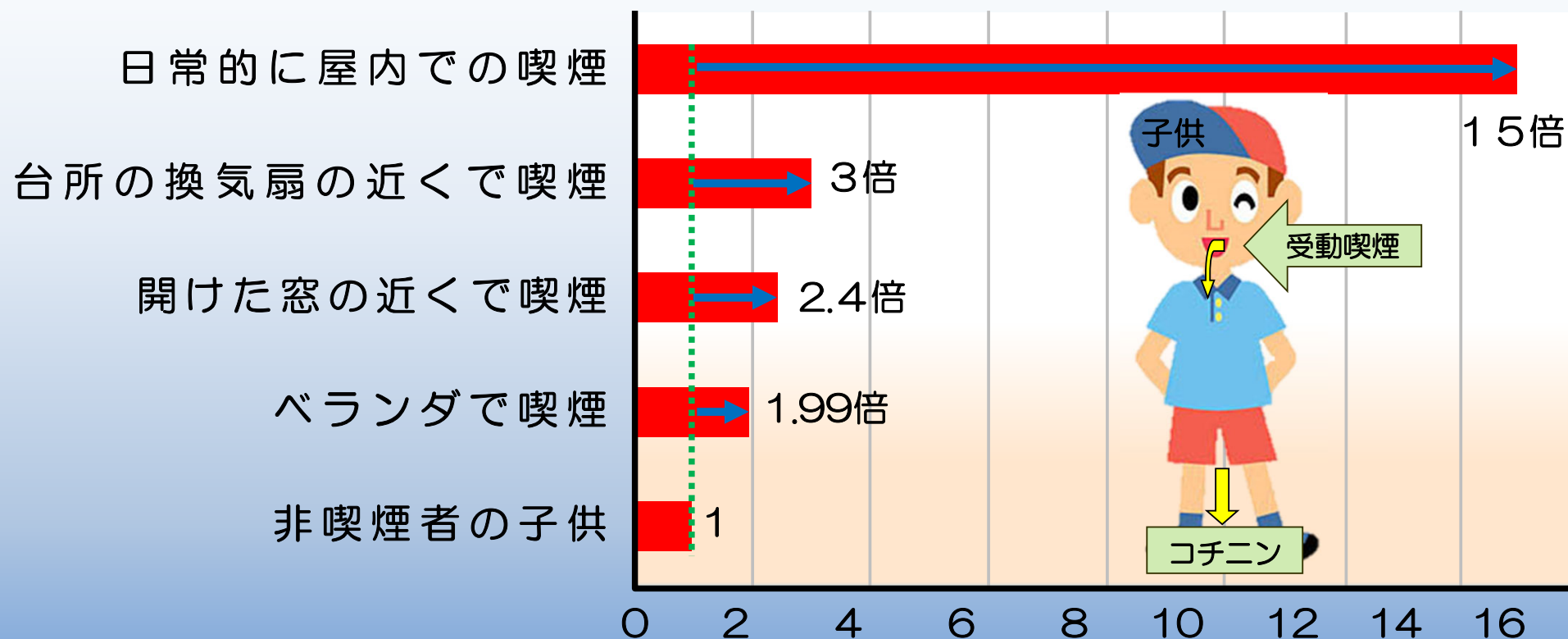
受動喫煙 = 副流煙 + 呼出煙



主流煙よりも有害な
副流煙

タール	15倍
一酸化炭素	15倍
ニコチン	2倍

親がベランダでタバコを吸っても、受動喫煙あり！



Johansson AK, *et al*, Pediatrics,
113: e291-e295, 2004

禁煙治療に使う薬は3種類

禁煙 補助薬	飲み薬	貼 り 薬 (ニコチンパッチ)	ガ ム (ニコチンガム)
			
	入手方法	医療施設	医療施設・薬局
禁煙率	65.4%	52.3%	41.6%

ま と め

- まずは、最寄りの禁煙外来、または薬局へ
- 自分に合った禁煙補助薬を上手に活用し、
禁煙を成功させましょう

