

# お薬のしおり

## 禁煙と治療薬

No.148 (H26.6)

東京医科大学病院 薬剤部

当院でも数年前より全面禁煙となっていますが、みなさんやみなさんの周りの方で喫煙者の方はどれくらいいるのでしょうか。たばこ産業の「平成 25 年全国たばこ喫煙者率調査」によると、成人男性の平均喫煙率は 32.2%で、減少傾向にあるものの、諸外国と比べると未だ高い状況にあります。これに対し、成人女性の平均喫煙率は 10.5%であり、ほぼ横ばいという状況です。

では、喫煙は体にどのような影響があるのでしょうか？タバコの煙には、喫煙者がフィルターを通して吸い込む主流煙と、タバコの先端から立ちのぼる副流煙があります。喫煙者本人だけではなく、喫煙者の周囲の人が副流煙を吸い込むこと（受動喫煙）も体への影響が指摘されています。タバコの煙に含まれる 3 大物質はタール、一酸化炭素、ニコチンが挙げられます。タール中に含まれる多数の化学物質の内、40 種以上に発がん性が確認されています。一酸化炭素はヘモグロビンによる組織への酸素運搬機能を妨げ、組織の酸素欠乏をもたらします。ニコチンはタバコ依存症の原因物質で、喫煙により約 8 秒で脳に達し快楽を伴う精神効果があります。タバコの主な健康被害としては、肺がんや咽頭がん、血管収縮、心筋梗塞、狭心症などの循環器疾患、脳卒中などの脳血管疾患、胃潰瘍、十二指腸潰瘍、食欲低下などの消化器疾患などを引き起こす要因となります。

今回は、禁煙の治療方法について治療薬を中心にをご紹介します。当院では、総合診療科にて禁煙外来が開設されており、診察では喫煙状況の問診や息に含まれる一酸化炭素の測定、離脱症状の確認や対処法などのカウンセリングや治療を受けます。禁煙の治療薬として、内服薬のチャンピックス錠と貼付剤のニコチネル TTS の 2 剤が採用されています。

＜チャンピックス錠＞：タバコを吸うと、脳にあるニコチン受容体という部分にニコチンが結合して、快感を生じさせる物質（ドパミン）を放出させます。チャンピックスは、この受容体に結合することで、ニコチンの場合



より少量のドパミンを放出させて、イライラなどのニコチン切れ症状を軽くします。また、ニコチンが受容体に結合するのを邪魔して、禁煙中に一服してしまったときの“おいしい”といった満足感を感じにくくすることにより、禁煙を助ける薬です。

服用方法は、禁煙開始予定日の1週間前からチャンピックスを服用し始め、服用8日目から禁煙します。自然にタバコを吸わなくなった場合は、8日目を待たず早めに禁煙し、計12週間チャンピックスを服用します。飲み始めの1週間は喫煙しながらチャンピックスを服用し、薬の量は徐々に増やしていきます。チャンピックスを服用後、吐き気、頭痛、上腹部痛、便秘、お腹のはり、普段と違う夢をみる、不眠などの副作用が現れることがあります。吐き気などを起こしにくくするために、必ず食後にコップ1杯程度の水またはぬるま湯で服用してください。

<ニコチネルTTS>:ニコチネルはニコチン置換療法により離脱症状を一時的に軽減し、禁煙を容易にすることを目的とした貼り薬で、長年にわたり広く用いられています。禁煙開始時に現れるつらい離脱症状（タバコが吸いたい、イライラなど）に対して、ニコチンを喫煙以外の方法で体内に補給することにより、その不快な症状を軽減し、禁煙を成功に導く方法です。使用法は、1日1回、上腕やお腹、背中などに8週間貼ります。ニコチンの含有量によって3種類の大きさがあり、サイズが小さくなるにつれてニコチンの量が少なくなります。禁煙の時期に応じニコチン量を徐々に減らし、最終的にニコチネルTTSの使用もやめます。ニコチネルを貼付後、強いかゆみや発疹などの皮膚症状が出る、眠れなくなる、頭痛がする、めまいがする、体がだるい、吐き気がするなどの症状がある場合には主治医へ相談するようにしてください。この他にも、薬局や薬店で購入できるニコチネルパッチやニコレットなどのガムタイプのももあります。

禁煙の継続には、喫煙再開を予防することが重要です。いったん禁煙に成功しても、ちょっとしたきっかけで喫煙を再開することがあります。お酒の席や仕事上、対人関係のストレス、気分の落ち込みなどがある場合には特に注意が必要です。今までに禁煙したことのある人は、再びタバコを吸い始めたきっかけを思い出し、その対策を考えてみましょう。

禁煙の治療方法や禁煙の治療薬に関してご不明な点やご不安な点がある場合には、医師または薬剤師へご相談ください。