

原 著

石綿健康管理手帳健診の受診者に対する禁煙指導

星島 百合¹⁾, 田端 りか²⁾, 岸本 卓巳²⁾¹⁾労働者健康福祉機構岡山労災病院健診部²⁾労働者健康福祉機構岡山労災病院アスベスト疾患ブロックセンター

(平成 21 年 3 月 19 日受付)

要旨：石綿ばく露歴のある喫煙者では、ばく露歴のない非喫煙者に比べて約 50 倍の肺がん死亡リスクがあり、喫煙の影響が大きいと考えられている。そのため、岡山労災病院における石綿健康管理手帳健診の受診者に禁煙指導を開始した。対象は 2007 年度上半期から 2008 年上半期の受診者のべ 1,886 人のうち、現在の喫煙者を対象として、医師又は保健師が喫煙の有害性について説明し、受診者の理解度・関心度に合わせて禁煙指導を行った。2007 年上半期受診者中、現喫煙者は 16.9% で、過去喫煙者は 62.3% で全員男性であった。2007 年下半期には喫煙率 15.2% と低下した。また本数を減らした人は 57.4% であった。しかし、不変が 30.9%、再喫煙が 8.5%、本数の増加が 3.2% に見られた。2008 年上半期の健診受診時では現喫煙率が 11.3% とさらに低下し、全国 60 歳以上の男性喫煙率 27.0% と比較しても喫煙率が低かった。健康管理手帳の健診にて、毎回喫煙の有害性や禁煙の必要性を指導することにより、喫煙者の禁煙意識が高まり、喫煙率が低下することが期待され、結果的には肺がん発症率の低下につながると思われる。

今後も禁煙することの出来ない石綿手帳健診受診者の喫煙状況を追跡し、禁煙指導を継続していく必要があると考える。

(日職災医誌, 57: 315—318, 2009)

—キーワード—

禁煙指導, 石綿ばく露, 肺がん

はじめに

石綿ばく露により肺がんが発生することは知られているが、喫煙者でなおかつ石綿にばく露した者は、非喫煙の石綿非ばく露者に比べ、肺がんによる死亡率が約 50 倍も高いと報告されている¹⁾。石綿肺がんの発生については喫煙との関連性が高く、『全国労災病院における石綿ばく露による肺がんの調査研究』²⁾でも、石綿肺がんとして労災認定あるいは救済された 113 例のうち 90.4% が喫煙者であった。

石綿ばく露者は禁煙することで肺がん罹患率が低下することは明らかで、また石綿健康管理手帳健診の目的からも禁煙指導は必須であると考え、2007 年上半期から禁煙指導を開始したのでその効果について検討した。

対象と方法

対象：2007 年上半期から 2008 年上半期に行われた石綿健康管理手帳健診の受診者のうち新規受診者は除き、延べ 1,886 人を対象とした。年齢は 39 歳～90 歳で中央値

は 71 歳であった。2007 年上半期の時点では喫煙者 111 人、過去喫煙者 410 人、非喫煙者 132 人であった。診察時に喫煙していると答えた人を指導対象とし、合計 131 人に対し禁煙指導を行った。

方法：医師が診察時に喫煙の害に関する知識の提供を行うことにより、主に動機づけを行った。保健師が診察後に具体的な禁煙方法を指導した。診察後又は指導後には医師と保健師が情報交換を行い、連携を図ることに重点を置いた。診察の待合時間に読んでもらえるよう、禁煙に関するパンフレットや本などを待合室に置き、待ち時間も禁煙に関する情報提供を行った。

1, 医師の禁煙指導方法

医師が診察時に喫煙状況を把握し、喫煙者へ禁煙の意志を確認した。2007 年度下半期より健康管理手帳による健康診断実施報告書に喫煙歴の有無を記載する項目が増えたこともあり、喫煙者のみならず、禁煙成功者にも再喫煙の有無について確認を行った。胸部レントゲンで肺気腫等の所見を伴う例については具体的にタバコの害について関連づけて説明し、全身に及ぼす障害や喫煙者の

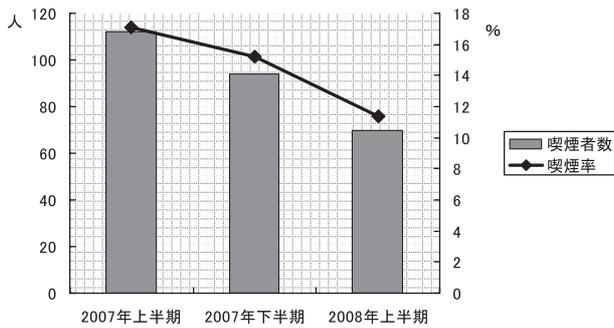


図1 喫煙率の変化

禁煙指導による喫煙率の変化を示す。2007年上半期16.9%の喫煙率、2007年下半期では15.2%の喫煙率であった。さらに2008年上半期では11.3%と喫煙率は低下した。

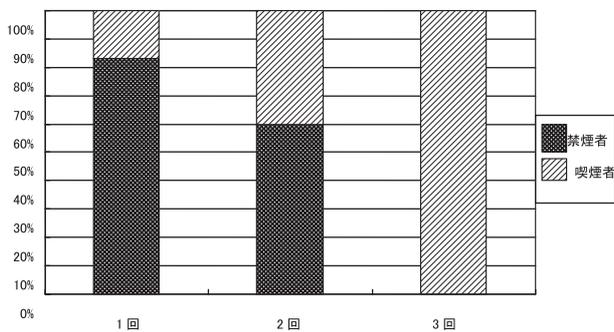


図2 禁煙指導回数と禁煙者・喫煙者の割合

禁煙指導回数と禁煙者・喫煙者の割合を示す。禁煙指導1回のみ行った人では83.3%が禁煙を行った。禁煙指導2回では60.0%が禁煙を行ったが、3回指導を行った59人は禁煙にいたらなかった。

みならず受動喫煙など喫煙に関する知識の提供を行った。

2. 保健師の禁煙指導方法

保健師は、医師から診察時の状況を聞く又は、診察時に受診者における禁煙に対する反応を見て、その後個別に禁煙指導を行った。まず喫煙に対する思いや考えを傾聴し、生活背景の把握に努めた。そこから、禁煙行動ステージを確認し、ステージにあわせて禁煙の動機付けを行っていった。喫煙者の「止めたいのに止められない」という思いを受けとめ、ニコチン依存のメカニズムを説明した。具体的な行動療法については、生活の中で行えること、無理なく行えることに焦点を当て、例を挙げて受診者に提示し、実践できそうなものを受診者に考えてもらった。喫煙のメリットより禁煙のメリットが大きくなるように、直接生活の中で感じるメリットについては強調し具体的に説明した。現在使用できる禁煙補助剤について、個々の特徴や使用方法などを説明した。岡山労災病院でも禁煙外来を行っているので、当院又は県内で禁煙外来を行っている病院のリストを渡し、紹介をした。

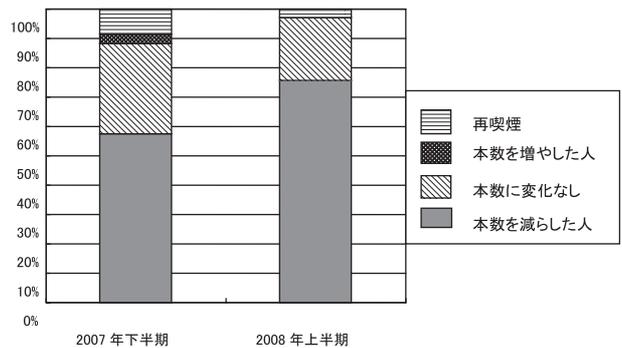


図3 2007年下半期、2008年上半期の喫煙者の喫煙状況

2007年下半期と2008年上半期での喫煙者の喫煙状況の変化を示す。2007年下半期では2007年上半期と比較、禁煙は出来ないが本数を減らした57.4%、本数に変化なし30.9%、逆に本数が増えた3.2%、再喫煙者8.5%であった。

2008年上半期は、2007年上半期と比較して本数を減らした75.7%、本数に変化なし21.4%、本数を増やした0%、再喫煙者2.9%であった。

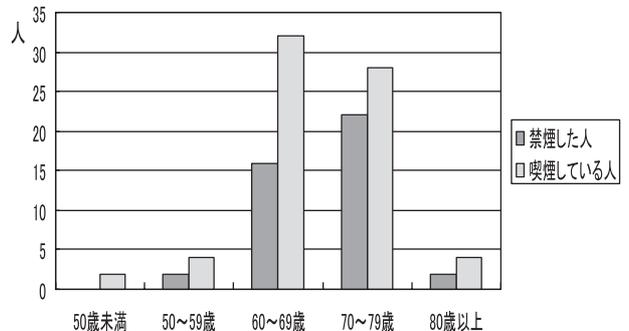


図4 禁煙者と2008年上半期での喫煙者の年齢構成

2008年上半期の時点で喫煙している人の年齢は60歳代に多く、3回の石綿健康管理手帳健診で禁煙した人の年齢は70歳代がピークであった。

結 果

禁煙指導前の2007年上半期には16.9%であった喫煙率が、禁煙指導を行うことで2008年上半期には11.3%まで低下した(図1)。受診者に女性も含まれているが、女性は非喫煙者であったため、喫煙者は全て男性であった。喫煙が原因と思われる自覚症状があったのは、76人(68.5%)であり、禁煙を行うことで症状が改善した人はそのうち9人(11.8%)であった。

図2に禁煙指導回数と禁煙者・喫煙者の割合を示す。3回の石綿健康管理手帳健診の中で禁煙指導を1回実施した42人のうち35人が禁煙した。2回実施した人は18人が禁煙を行った。タバコに執着のある59人は、3度指導しても禁煙には至らなかった。

図3に2007年下半期と2008年上半期での、喫煙者の喫煙状況の変化を示す。禁煙はしてないけれども自分なりに本数を減らしていた人が2007年下半期では54人(57.4%)、2008年上半期では53人(75.7%)であった。2007年下半期で本数を減らした54人のうち15人は

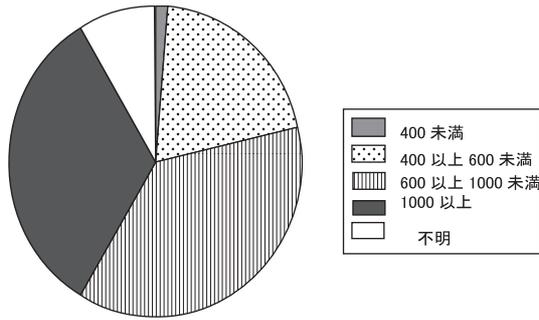


図5 2008年上半期喫煙者の喫煙指数

2008年上半期喫煙者の喫煙指数は、400未満1.4%、400以上600未満20.0%、600以上1,000未満37.1%、1,000以上32.9%であった。

2008年上半期には禁煙に成功していた。2007年下半期に本数を増やした人が3人(3.2%)、再喫煙は8人(8.5%)であったが、2008年上半期に本数を増やした人はなく、再喫煙は2人(2.9%)であった。

2008年上半期の時点で喫煙している人の年齢構成では、禁煙成功者は70歳代が多く、喫煙者は60歳代に多かった(図4)。

2008年上半期の喫煙者では、喫煙指数600以上の重喫煙者は70%で、そのうち喫煙指数2,000を超える重喫煙者は3人であった(図5)。

2007年上半期から2008年上半期までの石綿健康管理手帳の健診では肺がん発生が8人あった。そのうち現喫煙者2人、過去喫煙者1人、非喫煙者は5人であった。腺がんが6人、扁平上皮がんが2人であった。

考 察

石綿健康管理手帳保持者の喫煙率は喫煙者全例に行った禁煙指導により、16.9%から11.3%へ低下した。平成20年全国タバコ喫煙者率調査において成人男性60歳以上の喫煙者が27.0%であるのに対して、全国平均と比較しても今回の対象では喫煙率が低いことが分かる。その中でも3回の石綿健康管理手帳健診を通して合計131人に禁煙指導を行ったが、1度の禁煙指導で禁煙に成功した人は35人(26.7%)であった。石綿健康管理手帳保持者は一般の成人男性よりも、石綿にばく露しているだけに、健康や病気に対する意識が高いと思われ、喫煙率低下につながったと考えられる。しかし毎回禁煙指導を行っているにもかかわらず禁煙できない人は59人(45%)であった。そして、2008年上半期では喫煙指数600以上の重喫煙者が喫煙者の70%を占めた。禁煙に至らず、喫煙を正当化しようとする喫煙者は、肺がん以外の喫煙に関連した疾患の認識不足があり、喫煙指数が高いほど、喫煙の害を低く見積もり、禁煙の効果を最小に評価する傾向がある³⁾と思われる。『全国労災病院における石綿ばく露による肺がんの調査研究』²⁾でも、重喫煙者が82.3%を占めており、石綿ばく露歴のある人で重喫煙

者の人は肺がん罹患する危険性がさらに高くなると考えられる。石綿ばく露者の肺がん発生率を低下させるため、石綿健康管理手帳健診時には必ず禁煙指導を行い、禁煙することのマイナス面より、禁煙することで得られるプラス面を強調し、禁煙意識を高めていく必要があると思われる。

年代別に見て60歳代の喫煙者が多いということは、退職後の時間的余裕をもてあまし、喫煙が唯一の楽しみとされている場合もあるため、配偶者や孫をはじめとする同居家族に与える影響について説明を行い、禁煙に対する動機づけを重点的に指導していくとさらなる効果が得られるものと考えられる。

2008年上半期までに石綿健康管理手帳健診で肺がん発生を認めた人は8人おり、そのうち喫煙歴のある者は3人(37.5%)であった。内訳は現喫煙者2人、過去喫煙者1人であった。非喫煙者5人は腺がんであり、現喫煙者は腺がんが1人、扁平上皮がんが1人、過去喫煙者1人も扁平上皮がんであった。扁平上皮がんであった2人は診断後数カ月で死亡した。今回の検討では、肺がん発生者のうち喫煙者と非喫煙者には、差は認めなかったが、喫煙は治療の効果や予後等にも大きく影響すると思われるため、禁煙指導を行う意味は大きいと思われる。

石綿健康管理手帳による健診の目的は、肺がんや中皮腫の早期発見であり、喫煙をしながら、健診を受けるということは、自己矛盾と考えられる。今後も石綿健康管理手帳健診受診者のうち、禁煙することのできない喫煙者の状況を追跡し、禁煙指導を継続するとともに、より有意義な禁煙指導方法を模索していきたいと思う。

文 献

- 1) Hammond EC, Selikoff IJ, Seidman H: Asbestos exposure, cigarette smoking and death rates. Ann New York Acad Sci 473—475, 1979.
- 2) 岸本卓巳：我が国における石綿曝露による肺がんの調査研究。独立行政法人労働者健康福祉機構 アスベスト関連疾患研究センター。
- 3) 日本禁煙学会編：禁煙学。東京、南山堂、2007, pp 54.

参考文献

- 1) 磯村 毅：リセット禁煙 プラクティスマニュアル。東京、東京六法出版、2007。
- 2) 日本禁煙学会編、吉田 修監修：禁煙指導・支援者のための禁煙科学。東京、文光堂、2007。

別刷請求先 〒702-8055 岡山市築港緑町1-10-25
岡山労災病院健診部
星島 百合

Reprint request:

Yuri Hoshijima
Dept of Heath Check, Okayama Rosai Hospital, 1-10-25,
Chikko-midirimachi, Minami-ku, Okayama city, Okayama,
702-8055, Japan

Education of Non-smoking for Asbestos-exposed Workers

Yuri Hoshijima¹⁾, Rika Tabata²⁾ and Takumi Kishimoto²⁾

¹⁾Dept of Health Check, Okayama Rosai Hospital

²⁾Block Center of Asbestos disease

Asbestos exposed tobacco smokers have 50-times higher incidence of lung cancer than non-asbestos-exposed non-smoker. We educated about the risk of tobacco smoking and encouraged non-smoking for the asbestos-exposed workers who had medical check-up twice a year. From 2007 to the first half of 2008, a doctor and a public health nurse educated the total 1,886 asbestos exposed workers about the smoking toxicity, the mechanism of nicotine and the replacement therapy to smokers. On their first visits on the first half of 2007, present smokers were 16.9% and ex-smokers were 62.3%, and all of them were male. On their second visits, the present smokers decreased to 15.2%, and smokers who reduced the tobacco were 57.4%. But 30.9% of them smoked the same dose, 8.5% of them re-smoked, and 3.2% of them increased the dose of tobacco. On the first half of 2008, over all smoking rate decreased to 11.3%, and this number was extremely lower than national smoking rate of over-sixty year's male (27.0%). This result suggests that education of non-smoking at medical check-up twice a year is effective for asbestos exposed workers. Also it is thought that the occurrence of lung cancer will be lower by the education of non-smoking. We indicate that education of non-smoking is necessary for asbestos exposed workers because of the reduction for the incidence of lung cancer.

(JJOMT, 57: 315—318, 2009)