

1. 地域における取り組み

(1) 健診の場における禁煙支援—大阪府摂津市における取り組み

1. 取り組み内容

摂津市では、保健センターで、特定健診のほか、各種がん検診を誕生日月検診の形で毎月行っている。この総合健診の場において、健診当日に喫煙者全員を対象に医師と保健師による短時間の禁煙支援を実施した。

受診者にはあらかじめ「喫煙に関するベースライン調査」を通常の間診票と合わせて事前配布し、禁煙支援に必要な情報を把握した。健診当日の流れを図1に示す。問診では、ベースライン調査票の記入のチェックを行い、喫煙者の健診カルテの表紙に目印となる色つきの札を入れた。これにより、喫煙している受診者を一目で見分けることが可能となった。

その後、検尿、胸部 X-P、身体計測、診察、眼底・心電図、採血、骨密度の測定、禁煙支援、胃がん検診へと進む。

診察では、医師が喫煙者全員に15～30秒で禁煙を勧め、保健師が担当する禁煙支援を受けるように受診者に指示を出す。

診察医師の協力を得るために、事前に診察医師に、趣旨を説明した上で、喫煙者への禁煙指示をお願いした。禁煙指示にあたっては、指示の例文を作成して事前説明を行った。また、複数の医師が交代で診察を担当することから、禁煙支援を担当している保健師が、健診当日にも診察医師に禁煙指示のお願いと説明を行った。さらに、タールの瓶詰め等の禁煙啓発教材を診察机に置き、禁煙に関するポスターを診察室にも掲示し、医師が禁煙指示を忘れることがないように注意喚起を行った(図2)。

禁煙に向けての具体的な情報提供は、禁煙支援担当の保健師が行うので、医師からは、時間をかけずに短時間で、強く、はっきりと禁煙を勧めてもらうことがポイントである。具体的なセリフとしては、医師の診察の最後に「たばこを吸っておられるのはよくないことですよ。禁煙に関する詳しい説明を聞いて下さい」と、保健師が担当する禁煙支援へ誘導した。

禁煙支援では、保健師が禁煙リーフレットを使って、受診者の禁煙の関心度別に1～2分程度の個別の禁煙支援を実施した。個別支援の内容は、禁煙することの重要性を高める情報提供と、上手な禁煙の方法としての禁煙治療の紹介である。特に禁煙のための解決策として、禁煙補助薬や禁煙治療についての情報提供を中心に行った。

禁煙に対して関心がある喫煙者には、「禁煙するならニコチンパッチや内服薬を使うと楽に確実に、しかも体重があまり増えずにやめられますよ。病院や医院に禁煙外来がありますのでリストをお渡しします。保険で禁煙治療が受けられ、1ヵ月程度のたばこ代で治療が受けられます。禁煙外来の先生に相談して処方してもらって下さい。また保健センターでは無料の禁煙相談を実施しています」と情報提供した。

市内で禁煙治療を行っている医療機関として、禁煙リーフレットに印刷している医療機関を紹介した。さらに、禁煙補助薬の実物や禁煙に役立つグッズ（糖分の少ないガムなど）を用意しておき、それらを見せながら情報提供を行った（図2）。

禁煙に関心がない喫煙者にも同じ情報を提供するが、最初に「今後もし禁煙しようと思われた場合は」と言ってから、話すようにした。このことにより、禁煙に無関心な喫煙者にも安心して禁煙の情報を受け取ってもらうことができる。禁煙リーフレットは、禁煙の関心度に関係なく、喫煙者全員に手渡した。

健診会場の廊下には、禁煙に関するポスターを展示した。肺がん検診として喀痰検査を同時実施していたため、喫煙による肺がんのリスクや肺がん検診の効果の低下についてポスターを作成し、掲示した。

この禁煙支援の取り組みをきっかけに、会場正面玄関の入り口に置かれた灰皿の撤去について保健センターのご理解とご協力を得た。

2. 取り組みの評価

取り組みの評価は、健診6ヵ月後に自記式アンケートを用いた郵送調査で把握した。郵送調査で回答が得られなかった受診者には、電話で聞き取り調査を行った。調査で禁煙していると回答した人には、保健センターに来所してもらい、呼気CO濃度を測定し、禁煙していることを客観的に確認した。

その結果、6ヵ月後の禁煙率が、禁煙の関心度に関わらず高くなった。呼気一酸化炭素（CO）濃度で禁煙を客観的に確認した禁煙率は全体では3.3倍有意に高くなった（図3）。禁煙を成功されていた方には、成人病センターがん予防情報センター名で賞状をお渡しした。

なお、今回禁煙支援に従事した保健師には、健康おおさか21の事業の一環として実施されているeラーニングによる禁煙支援版の学習を修了してもらい、その上で取り組みを行った。

図1. 健診当日の流れ

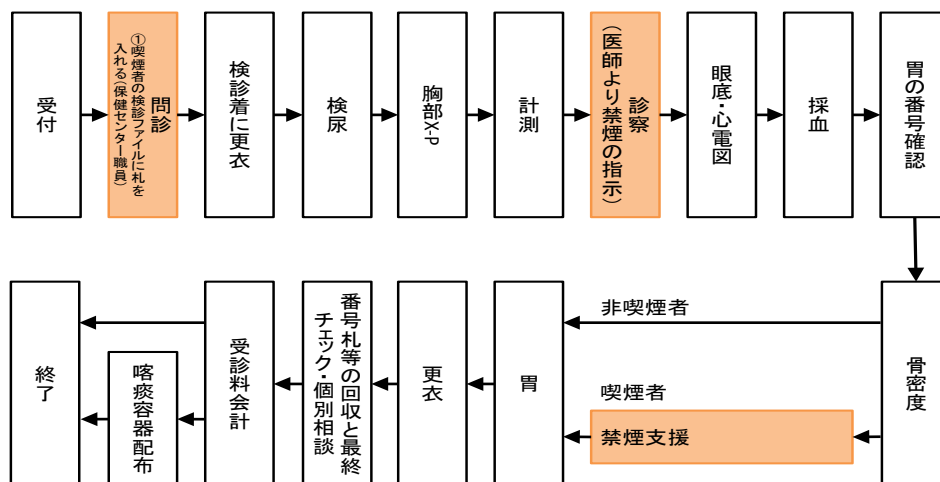


図2. 禁煙を促す環境づくりー診察室・禁煙支援ブースの工夫

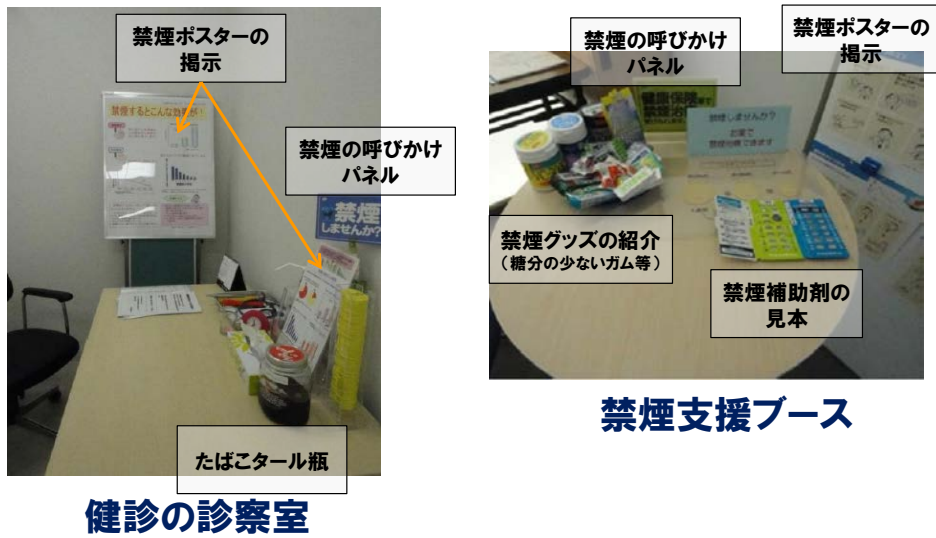
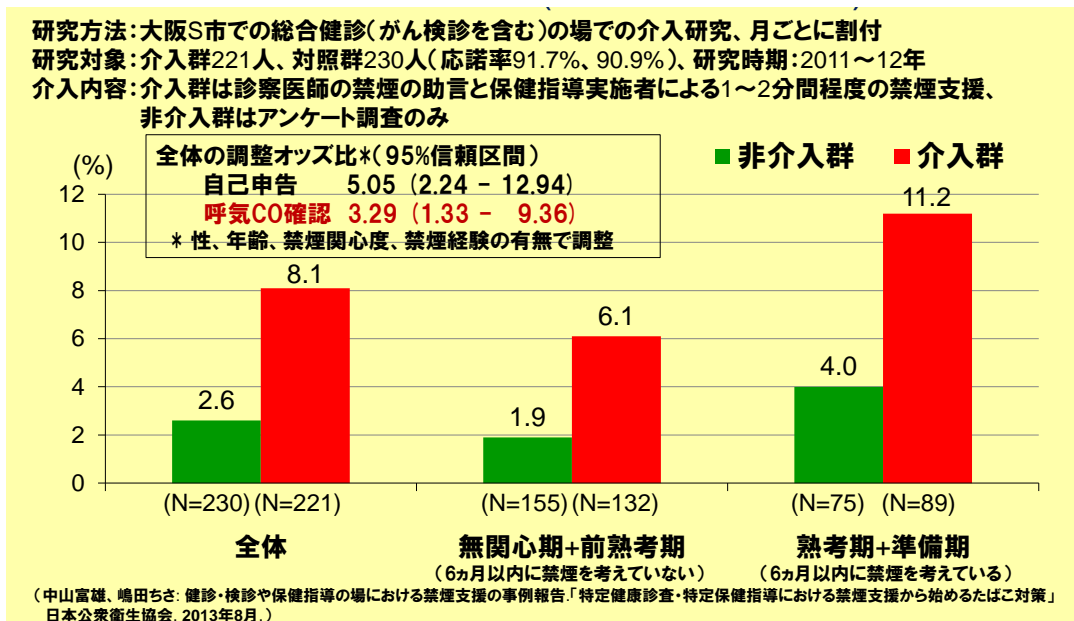


図3. 肺がん検診の場での短時間の禁煙介入の効果ー6ヵ月後断面禁煙率(呼気CO濃度確認)ー



【事例提供者】

大阪府立成人病センターがん予防情報センター疫学予防課 課長 中山 富雄

大阪府立成人病センターがん予防情報センター疫学予防課 特別研究員 嶋田 ちさ

【取り組みに関する参考資料】

- ・中山富雄、嶋田ちさ：健診・検診や保健指導の場における禁煙支援の事例報告（1）地域の事例報告．大井田隆、他（編）：特定健康診査・特定保健指導における禁煙支援から始めるたばこ対策．日本公衆衛生協会，p125-133，2013.

【コメント】

本事例は、集団健診方式による総合健診の場で、健診を受診した喫煙者全員に対して診察担当医師と保健師がペアで合計1～2分程度の短時間の禁煙アドバイスと支援を行い、効果を上げた事例である。この取り組みの結果、従来の取り組みに比べて、6ヵ月後の禁煙率（呼気一酸化炭素濃度で禁煙状況を確認）が約3倍上昇した。実施された内容は、厚生労働省の禁煙支援マニュアル（第二版）に短時間支援のABR方式としてまとめられている。この取り組みは、特定健診やがん検診をはじめ、保健事業の場で実施することが可能である。今後、同様の取り組みが全国各地で広がることが期待される。

大阪がん循環器病予防センター 中村正和