

# 新型タバコの危険性

第3回

## 新型タバコで禁煙はできるのか

前回まで各種の新型タバコの紹介や、それぞれに含まれる有害成分などを紹介してきましたが、最後に新型タバコは禁煙の補助に役立つかどうか考えましょう。

### 一般的な禁煙外来での治療

禁煙外来での治療には通常2通りの方法があります。第1は、ニコチンを含んだ貼り薬（パッチ）やガムを使う方法。第2は、タバコを吸っても快感が得られないようにする作用のあるバレニクリン（商品名・チャンピックス）という禁煙補助薬を使う方法です。

前者では皮膚や口腔粘膜からニコチンを持続的に投与することで、血中のニコチンが欠乏することによる喫煙願望を抑えつつ、無意識に吸ってしまう喫煙習慣をなくし、その後ニコチンの濃度を段階的に下げていき、ニコチンから離脱する方法で、ニコチン置換療法とも呼ばれます。

### 加熱式タバコでニコチン置換療法は可能か

加熱式タバコは、ニコチン以外の有害物質

を減らしていますので、ニコチン置換療法になるのではないかと考えががあります。

紙巻タバコ以外の方法で体内にニコチンを取り入れ、喫煙願望を起させないという意味では、ニコチン置換療法と同じようにも思えますが、パッチなどでは無意識に血中ニコチン濃度を一定に保つことができるのに対し、加熱式タバコでは、意識的な吸入が必要になる点が決定的に異なります。

肺から吸収されたニコチンは、高濃度のまま短時間で脳に到達します。吸入した直後に「ガツン」と来る感じもあるので、紙巻から加熱に乗り換えることはできても、そこから離脱することは極めて困難です。

タバコ企業が研究費を使ってまで、自分の首を絞める製品を作るはずがありませんので、加熱式タバコで禁煙ができないのは当然のことです。

### 電子タバコは喫煙や麻薬のゲートウェイ

VAP Eと呼ばれるニコチンを含まない電子タバコなら、喫煙しているような雰囲気は味わえますので、切り替えることで禁煙でき

るのではないかと考えもあります。

しかしニコチン置換療法にはなりませんので、大半は紙巻タバコに戻ってしまうか、両方を状況に合わせて使い続けるデュアルユーザーになってしまいます。

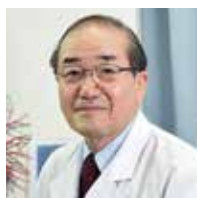
また、この製品はまだ喫煙習慣のない若者などでも抵抗なく吸うことができるため、喫煙への入口となる可能性も高く、さらに大麻エキスなどの吸入も可能といわれ、タバコだけでなく麻薬製品の蔓延の温床にもなりかねないと危惧されています。

### おわりに

加熱式でも電子式でも、新型タバコでの禁煙は困難であり、多くの喫煙者はデュアルユーザーとなってしまう。

さらに、紙巻タバコよりも刺激が少ないことや受動喫煙の害も少ないと思われることから、新たに喫煙者を増やすリスクすらあります。

禁煙の希望者には、禁煙外来で正しい治療をきちんと受けるよう強くすすめる必要があります。



[執筆者]  
金子昌弘 (かねこまさひろ)

公益財団法人東京都予防医学協会 健康支援センター長  
1970年慶應義塾大学医学部卒業、日本鋼管病院内科、国立がんセンター病院レジデント、北里大学医学部放射線科講師、国立がんセンター中央病院内視鏡部長を経て2011年に定年退職。同年、本会呼吸器科部長に就任。2015年より本会保健会館クリニック所長、2017年から現職。日本内科学会認定内科医、日本呼吸器学会指導医、肺がんCT検診認定機構認定医などの資格を持つ。特定非営利活動法人タバコフリー学会の副代表理事を務める。