ニコチン依存の観点から―加熱式たばこ使用者へのアプローチ

中村正和
公益社団法人 地域医療振興協会 ヘルスプロモーション研究センター センター長

加熱式たばこは，たばこの葉を燃焼させずに加熱して，ニコチンをエアロゾルとして吸引し，肺から吸収するように考案された新しいニコチン供給装置である．主流煙のニコチン収量は紙巻たばこの7～8割程度あり，ニコチンの吸収動態は紙巻たばこと類似している．実際の使用時の血中濃度は紙巻たばこより低く，満足感は紙巻たばこより低いことなどが報告されている．しかし，まだ研究報告は少なく，その大半がたばこ産業の研究者による報告である．

英米で流行しているニコチン入りの電子たばこについては，そのニコチンの吸収効率は製品によって差が大きかったが，近年の改良により紙巻たばこに近づきつつある．電子たばこ使用による長期の健康影響は，加熱式たばこと同様，まだ明らかでないが，英国では電子たばこの有害性の低減効果への期待や紙巻たばこの使用を中止させる効果が示唆されることから，紙巻たばこをやめたい，またはその健康影響を減らしたい喫煙者にむけて，禁煙補助薬と並んで電子たばこの使用を勧めている．加熱式たばこについては，たばこの葉を加熱する製品特性から電子たばこほど有害性が減少しないことが報告されており，電子たばこで報告されている禁煙効果も明らかではない．さらに，紙巻たばこを併用した場合には健康影響の十分な低減を期待できないことから，英国での電子たばこに関わる政策を加熱式たばこにそのまま適用することはできない．たとえ紙巻たばこを新型たばこに置き換えることができたとしても，ニコチン依存症が継続することを念頭に置く必要がある．

ニコチンの依存性は他の有害成分によって増強されることが指摘されている．このことは，ニコチン製剤への依存が少ないことと一致する．紙巻たばこに比べて有害成分の摂取が減少する新型たばこでは，禁煙する気持ちがあれば，紙巻たばこよりも禁煙しやすい可能性がある．英国では電子たばこを使用した最も多い理由が紙巻たばこの使用中止であり，このことが国レベルでの喫煙率の減少につながった一因と考えられる．わが国での加熱式たばこ使用のきっかけは，英国と異なり，臭いが少ない，周囲の人へ害を与えないなどが上位を占めている．そのため，加熱式たばことの併用にとどまったり，完全にスイッチできても，それを継続する可能性が高いと考えられる．

加熱式たばこの多くが禁煙を目的とせずに使用を開始した背景にはわが国のたばこ規制の遅れがある．今後，加熱式たばこ使用者へのアプローチを検討するために以下の研究が必要である．①加熱式たばこによるニコチン依存の特徴と治療方法，②加熱式たばこ使用者の喫煙や禁煙に関する心理や認識，③加熱式たばこの禁煙効果，④使用の実態把握と喫煙率や禁煙治療の利用への影響．

利益相反：開示すべきCOIはありません．

略歴（なかむら　まさかず）： E-mail：masakazun@jadecom.jp

1980年自治医科大学卒業．労働衛生コンサルタント，日本公衆衛生学会認定専門家，社会医学系指導医兼専門医，日本人間ドック学会認定医．専門は予防医学，公衆衛生学．研究テーマはたばこ対策と生活習慣病予防対策．現在，受動喫煙防止等のたばこ政策をテーマとした厚労科研研究班代表者．公職として厚生科学審議会専門委員（健康日本21（第二次）推進専門委員），国民健康・栄養調査企画解析検討会構成員，日本公衆衛生学会たばこ対策委員会委員長等．