



## withコロナで「禁煙」は推進されるのか

坪井クリニック 坪井 和彦

熱中症も新型コロナウイルス感染症（以下COVID-19）も同時に疑うしかなかった猛暑が去り、次なるCOVID-19感染拡大の防止を備える季節となった。

ご存知のとおりCOVID-19とタバコの関係について、多くの研究が発表されてきた。なかでも喫煙者や過去喫煙者（現在は禁煙者）における感染症の重症化や死亡率が高いことは、タバコと極めて密接な関係があると示唆された。そんな中、日本禁煙学会は2020年7月4日、COVID-19の悪化と喫煙の関連について行った1万人のメタアナリシスより、喫煙は感染症の悪化をもたらす危険因子であり、喫煙者は非喫煙者よりも病状を悪化させる可能性が非常に高いことから、パンデミック対策に禁煙推進を加えるべきと強調した。

イギリスでは、COVID-19のパンデミック時に100万人を超える喫煙者がタバコを捨てたと、禁煙推進団体「Action on Smoking and Health」が行った調査で明らかになった。BBC（英国放送協会）の調べではイギリスで過去4ヶ月に喫煙を放棄した人の4割が、喫煙者はCOVID-19に感染した場合、悪化することを知って恐れたからと答えている。まさにコロナ禍が禁煙を自主的にさせた勇氣ある行動と評価したい。

わが国でも、コロナ禍で健康意識が高まり、「3密」を生む喫煙所への風当たりが強まっていると思う。そういった中で、喫煙所の使用を禁止してきた商業施設や宿泊施設の多くが、緊急事態宣言解除後も閉鎖を続けている。しかし加熱式タバコへの規制が緩いため、紙巻きタバコとのデュアルユーザー（二重使用）へと変貌している方が多いと感じた。実際に、2019年に出たEdward Sutantoらの論文によれば、日本での紙巻きタバコと加熱式タバコのデュアルユーザーは67.8%というように、屋外や自宅、喫煙所などの喫煙環境によって吸うタバコの種類を

変える喫煙者が多いことが判明した。そんなデュアルユーザーが、加熱式タバコなら喫煙できる場所が多くある現状を知ってしまった。事実、愛煙家と言われる方々が集う「喫茶室ルノアール」などを運営する銀座ルノアールも、受動喫煙防止法に基づき今年4月1日からグループ全店舗で紙巻きタバコの喫煙を全面的に禁止したが、喫煙室での加熱式タバコの利用は認めている現状がある。

ニコチンを添加した電子タバコと同じような製品である加熱式タバコも喫煙者のみならず受動喫煙による健康被害が多く報告がされており、加熱式タバコそのものがCOVID-19の危険因子や重症化リスクとしてほぼ間違いない。いずれにせよ地域や人種、社会階層、性別によって感染や重症化のリスクに違いはあるが、紙巻きタバコと同様、加熱式タバコでも重症化や死亡のリスクが上がり、電子タバコの例をみれば感染リスクも更に高くなる危険性があると考えられるので、withコロナに加熱式タバコ対策を早急に行うべきと強調したい。

最後に、「アプリで治療する未来を創造する」VISIONを持ったCureApp（キュア・アップ）のニコチン依存症治療アプリをご紹介します。すでに厚生労働省が承認したこのアプリは、通常の医薬品のように医師が患者に処方し、患者がスマホにダウンロードして使う形となっている。患者が体調やタバコを吸いたい気持ちの強さなどをスマホで入力すると、内容に応じて「ガムをかんでください」「深呼吸をしましょう」などの助言を表示。アプリによる励ましで禁煙を続けやすくすること。従来の紙巻きタバコでの禁煙外来では、呼気CO濃度測定検査値で患者さんのモチベーションを高めていたが、加熱式タバコでは前述の検査で正常値しか出ないため、こういったアプリもこれからは必要なアイテムかと思っている。