

## ただいま禁煙中

今年の4月から麻酔科医として串間市民病院で勤務しております田原正路です。よろしくお願ひします。

### タバコ、吸いしろへなったなあ

何を隠そうわたしは当院に勤務するまでは喫煙者。喫煙が体に悪いことは重々承知です。何れも何種類もの禁煙法を試してはみたけどすべて失敗。しかし当院は施設内全面禁煙。「吸いしろへなったなあ」。今回、タバコをやめられなかったら、病院をやめなきゃなあ。「そんなわたしは当院勤務をきっかけに当院禁煙外来を受診し、今のところ成功している禁煙法についてお話をさせていただきます。

### ガムでも貼り薬でもありません

ニコチンガムやパッチ（貼り薬）は禁煙によるニコチン濃度低下によるイライラ、頭痛、ホーっとしたけいれんなどのニコチンの離脱症状（禁断症状）を緩和するニコチン置換（補充）療法。「じゃあ、今回の飲み薬は胃や腸からニコチンを補充するのかな？」と思いましたがそうではありません。では今回、わたしは使用した飲み薬の禁煙補助薬はどのような作用機序を持つのでしょうか。

### タバコ吸引時に出るホルモン

タバコの主成分であるニコチン。ニコチンは、脳に達すると神経のニコチン受容体「1」というニコチンの受け皿に結合し、ドパミンというホルモンを放出させます。このドパミンというホルモン、例えば「大変な仕事をやり遂げた」「人からほめられた」「好きな人が話かけてくれた」「そんなときの「やったー」という気持ちの時に出る脳にとっては快感・報酬ホルモンですが、タバコを吸うことによるニコチンはこのドパミンを手軽に出してしまうためなかなかやめられないというのが「ニコチン依存症」の本態です。

### タバコを吸ってもそれほど気持ちよくならない!?

ニコチンガムやパッチはいずれもニコチンを十分に与える間に、喫煙習慣を断って徐々にガムの量や貼り薬にきまされるニコチン量を少なくしながら、離脱症状を吸いしろへ禁煙しやすくなるものです。しかし今回の飲み薬は違います。主成分はバレニクリンという物質で、形はニコチンに似ていて、ニコチンと同様にニコチン受容体に結合することで、ドパミンをある程度放出させます。ただその後、なかなかニコチン受容体から離れないところがポイントです。このバレニクリンがニコチン

ン受容体に結合しているときにタバコを吸ってニコチンが血中に入ってきてても、新しく結合する受け皿がないので、快感ホルモンであるドパミンは、思ったほど出ないということになります。

バレニクリンの数時間の服用によって「タバコを吸ってもそれほど気持ちよくなりません」ということを体がだんだん覚えていき、禁煙に導くことが飲み薬の禁煙補助薬のメカニズムです。

### 禁煙一緒にがんばりませんか？

この飲み薬の禁煙補助薬・バレニクリン「チャンピックス」、医師による処方が必要。わたしと同じように、今までニコチンガムやパッチでうまくいかなかったというあなた、一度、禁煙外来を受診してみてください。タバコのない新しい生活の扉を開いてくれるかも知れませんよ。ちなみに当院の禁煙外来は6月まで禁煙外来の患者たったわたしは拍子でさせていただきます。一緒に禁煙がんばりませんか？

禁煙外来は毎週月曜から金曜の午前9時から11時までが診察時間です。予約が必ず必要です。お問い合わせは串間市民病院 ☎ 72-1234 まで。



著：串間市民病院 麻酔科  
医師 田原 正路