

## 日本禁煙学会

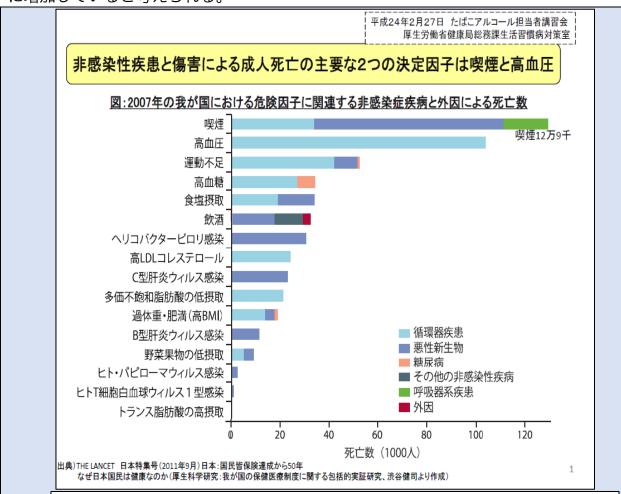
<u>http://www.jstc.or.jp/</u> E-mail desk@nosmoke55.jp 〒162-0063 東京都新宿区市谷薬王寺町 30-5-201 Tel 03-5360-8233 FAX 03-5360-6736

# タバコは薬物である

依存性はコカイン・ヘロインに次ぎ、アルコール・覚せい剤を上回る 毎年 10 数万人の命を奪う最大の健康危険因子

一般社団法人 日本禁煙学会 理事 松崎道幸 理事長 作田 学 2018 年 6 月 24 日

タバコは日本人の健康寿命を縮める最も大きな原因の一つである。2007年には 12万人以上が能動喫煙による死亡者は 2007年に 12万人台、受動喫煙による死亡者は 2010年に 6800人、2016年に 1万5千人と推計された。現在はタバコによる死亡者総数が 15万人台に増加していると考えられる。



	喫煙による年間死亡者数	受動喫煙による年間死亡者数	出典
世界	540万人	60万人	WHO 世界のたばこの流行に関する報告書2011年版
日本	12-13万人※1~3 年間死亡者数119万人(H22)の約1割	6,800人※4 肺がん、虚血性心疾患のみ計上	※1. Katanoda K, et al. 2008, ※2. Murakami Y, et al. 2011 ※3. Ikeda N, et al. 2011, ※4. 片野田ら、2010

# 死亡者数の比較(日本)

死亡原因	年間死者数	調査時期など
受動喫煙	15000人	控えめな推計 2016年
交通事故	3904人	2016年
アスベスト汚染	1505人	中皮腫 2015年
労働災害	972人	2016年
他殺	314人	2015年
食中毒	6人	2015年

#### 【出典】

労災死 http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000124353.html

他殺 http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakutei15/dl/11\_h7.pdf

食中毒死 http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\_iryou/shokuhin/syokuchu/04.html アスベスト http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/tokusyu/chuuhisyu15/dl/chuuhisyu.pdf

交通事故 http://www.jtsa.or.jp/topics/T-274.html

タバコによる犠牲者数を抜本的に減らすためには、ニコチン依存症を克服して禁煙を達成することが必要である。

ところで、「麻薬」や「覚醒剤」の方がタバコよりもはるかに依存性が強いと思っている方は驚かれかもしれないが、タバコは覚醒剤やアルコールよりも強い依存性をもたらす「薬物」であることが多くの研究で明らかになっている。

たとえば、2007年に医学雑誌ランセットに発表された論文では、合法および非合法ドラッグ 20種の依存性スコアを算定した結果、タバコ(ニコチン)はヘロイン、コカインに次いで、3番目に依存性の強い薬物であることが分かった。ちなみに、アルコールは6位、覚醒剤(アンフェタミン)は8位だった。タバコはヘロイン・コカインに次ぐ高度の依存性を持っている。タバコの依存性はアルコール・覚醒剤よりも強力である。

ドラッグ名	依存性スコア平均値	解説
ヘロイン	3.00	
コカイン	2.39	
タバコ	2.21	
Street methadone	2.08	合成麻薬
バルビタール酸塩	2.01	睡眠薬
アルコール	1.93	
ベンゾジアゼピン類	1.83	睡眠薬
アンフェタミン	1.67	合成覚醒剤(ヒロポンと同系統)
ブプレノルフィン	1.64	モルヒネをしのぐ鎮痛作用オピオイド(レペタン)
ケタミン	1.54	麻薬及び向精神薬取締法に基づく「麻薬」に指定(日本)
マリファナ(大麻)	1.51	
4-MTA	1.30	α-メチル-4-メチルチオフェネチルアミン、脱法ドラッグ
メチルフェニデート	1.25	ADHD治療薬(リタリン)
LSD	1.23	「サイケデリック体験」
GHB	1.19	4-ヒドロキシ酪酸、脱法ドラッグ
エクスタシー	1.13	合成麻薬MDMA
Khat	1.04	アフリカの山間部に生育する常緑樹。麻薬作用あり。
溶剤	1.01	シンナー・有機溶剤
蛋白同化ステロイド	0.88	筋力増強
Alkyl nitrites	0.87	「ラッシュ」

【出典】Nutt D, et al. Development of a rational scale to assess the harm of drugs of potential misuse. Lancet 369:1047-53,2007. (上記論文表3に基づいて改編し解説を追加)

このような科学研究結果に基づき、国内外の主要な専門機関、行政当局は「タバコは薬物」であると明言している。

## 米国公衆衛生長官

紙巻タバコ等のタバコ製品には依存性がある

ニコチンは葉タバコに含まれる依存形成性薬物である

タバコ依存の薬理学的・行動学的プロセスはヘロインやコカインなどのドラッグ依存と類似性を持つ 【出典】1988年米国公衆衛生長官報告「ニコチン依存症」

## 世界保健機関

- ニコチンは依存と離脱症状を特徴とする嗜癖形成性薬物の診断基準に合致する強力な薬物である。
- ニコチンには、ヘロインやコカインと同等の嗜癖形成作用がある

【出典】2010 年 Gender, women, and the tobacco epidemic

http://www.who.int/tobacco/publications/gender/en\_tfi\_gender\_women\_addiction\_nicotine.pdf

## 精神疾患の診断・統計マニュアル第 4 版(DSM-IV-TR)

DSM-IVには、ニコチン依存が、麻薬、覚せい剤、アルコール等とともに、「物質使用障害」のカテゴリーに記載されている

### 物質使用障害

- アルコール関連障害
- アンフェタミン関連障害
- カフェイン関連障害
- 大麻関連障害
- コカイン関連障害
- 幻覚剤関連障害
- 吸入剤関連障害
- ニコチン関連障害
  - ニコチン使用障害
    - ニコチン依存
  - ニコチン誘発性障害
  - ニコチン離脱
- アヘン類関連障害
- フェンシクリジン関連障害
- 鎮静剤, 催眠剤または抗不安薬関連障害

【出典】 <a href="http://rnavi.ndl.go.jp/mokuji\_html/000004326569.html">http://rnavi.ndl.go.jp/mokuji\_html/000004326569.html</a>

### 厚生労働省

### 依存性について

依存とは、ある物をやめようと思っても強い渇望があり、やめられなくなった状態を言います。たばこの成分であるニコチンによるニコチン依存は、国際疾病分類(ICD-10)や精神医学の分野で世界的に使用されている「精神障害者の診断及び統計マニュアル第4版」(DSM-IV)において独立した疾患として扱われており、たばこに依存性があることは確立した科学的知見となっています。

【出典】厚生労働省 喫煙と健康問題について簡単に理解したい方のために(Q&A)

http://www.mhlw.go.jp/topics/tobacco/qa/detail4.html

## 厚生労働省

# 喫煙習慣の本質はニコチン依存症

- □ ニコチンの依存性については、これまで身体的依存の有無に ついて議論がなされてきた。
- □ しかし、1988年に出版されたアメリカ公衆衛生局長官報告では、 これまでの調査研究をレビューして、タバコに含まれるニコチンが 麻薬やアルコールと同様の依存性薬物であると結論づけている。
- □ つまり、喫煙習慣の本質はニコチン依存症である。
- □ ニコチン依存症については国際的に広く認識されており、WHOの 国際疾病分類第10版(ICD-10)やアメリカ精神医学会による「精神 疾患の分類と診断の手引き、第4版」(DSM-IV)において、診断基準 が示されている。
- □ すなわち、喫煙は治療の対象となる薬物依存症という病気であり、 保健医療従事者がその治療を行う必要がある。

【出典】厚生労働省 禁煙支援のためのテキスト教材

http://www.mhlw.go.jp/topics/tobacco/kin-en-sien/manual/01-3-1.html

### 日本医師会

#### 禁煙の医学

#### ニコチン依存症の強さは麻薬と同じくらいやっかい

ニコチン依存症になりやすいのは、たばこの煙を吸い込んだ途端にニコチンが肺から急速に吸収されることも関係しています。喫煙を開始して約7秒でニコチンが作用し、イライラ解消が実感されるため、脳で喫煙がよいものだと認識され、ニコチン依存が強化されます。ただし、ニコチンの影響はなくなるのも早く、イライラやストレスが再び出現します。これが「ニコチン切れ」という離脱症状(禁断症状)です。ニコチン依存症から抜け出すのは、ヘロインやコカインをやめるのと同じくらい難しいと言われています。

#### **ニコチン**は、ヘロインやコカインなどの 麻薬と同じくらい依存性が高い!

- 使用者が依存症になる割合
  - **ニコチン** > ヘロイン > コカイン > アルコール > カフェイン
- 依存症になった人の禁断症状の強さ
  - アルコール >  $^{\text{COT}}$  >  $^{\text{COT}}$  >  $^{\text{COT}}$  >  $^{\text{COT}}$  カフェイン
- 依存症の人がやめる難しさの度合い

【コカイン = ヘロイン = アルコール = ニコチン】 > カフェイン

Royal College of Physicians: Nicotine Addiction in Britain: A Report of the Tobacco Advisory Group of the Royal College of Physicians. 2000 より作図

【出典】https://www.med.or.jp/forest/kinen/medical/

#### 内閣府

(1)薬物依存とは

依存性薬物の乱用を繰り返すうちに、「その薬物の使用をやめようとしても、容易にやめることができない生体の状態」を薬物依存という。薬物依存は、精神依存と身体依存の二つのタイプに分類されている。依存性薬物に共通した特徴としては、精神依存が形成される点であり、薬物依存の本質は精神依存である。依存性薬物を摂取すると、脳内のドパミン(A10)神経系が活性化されることによって、非常に強力な陶酔感や多幸感を感じる。繰り返し摂取することで、脳内の神経機能に異常が生じ、この感覚が忘れられなくなり、精神依存に陥ると考えられている。精神依存状態では、その薬物の効果が減弱、消失しても手のふるえ等の身体的な不調は原則的には現れないが、薬物に対する強烈な摂取欲求が生じる。精神依存状態で生じる薬物に対する摂取欲求を「渇望」といい、これが原因となって薬物の使用を容易にやめることができなくなる。「何としても薬物を入手したい。」、こうした欲求から薬物入手に固執する行動を「薬物探索行動」といい、喫煙者が常にタバコを切らさないよう振舞う場合等が身近な例である。(下線引用者)

【出典】ユースアドバイザー養成プログラム 第2節 若者の抱える問題(コンプレックスニーズを持つ若者の理解のために) 3 薬物依存(麻薬、覚せい剤、向精神薬、アルコール等)

http://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/h19-2/html/3\_2\_3.html

#### 【結論】

- 1. タバコ (ニコチン) はコカイン・ヘロインに次ぐ高度の依存性を持っている
- 2. タバコの依存性はアルコール・覚醒剤を上回る
- 3. 能動喫煙と受動喫煙により、毎年 10 数万人の命が奪われており、わが国の最大の予防可能な死亡原因となっている
- 4. 喫煙を薬物依存としてとらえることが、喫煙防止と健康寿命延伸を効果的に達成するための必要条件である