

第25回世界禁煙デーに思う

沖縄県立中部病院・ハワイ大学卒後医学臨床研修事業団
ディレクター 安次嶺 馨



1 世界禁煙デーのキャンペーン

今年25回の節目を迎えるWHO（世界保健機構）の禁煙デー（5月21日）が、間もなくやってきます。WHOは毎年、この日に合わせて世界にテーマを発信し、禁煙の啓発活動をしています。今年のテーマは、「Tobacco industry interference（タバコ産業の妨害）」です。WHOは「たばこの規制に関する世界保健枠組み条約（FCTC）」を弱体化させようというたばこ産業の悪質で攻撃的な企てを明らかにし、それに対処するために定めたとしています。

2 赤ちゃんから始める禁煙活動 ～童（わらび） どう宝（たから）～

WHOの向こうを張って、昨年11月25～27日に開催された「第6回日本禁煙科学会学術総会 in 沖縄」のキャンペーンとして掲げたのがこのテーマです。

過去のWHOのテーマで、子どもを取り上げたものは3回あります。第3回と第11回が「Growing up without tobacco（子どもに無煙環境を）」、第21回の「Tobacco-free youth（若者をタバコから守れ）」です。禁煙活動の主なターゲットは大人であり、その主な担い手は内科医です。タバコの害として問題にされるのが癌・心臓血管病・高血圧等いわゆる成人病と呼ばれる生活習慣病ですので、それも当然だと思っています。

しかし、今や、生活習慣病発症のリスクは、既に胎児期や乳児期に芽を出していることが分かってきました。成人病胎児期発症説 FOAD（Fetal Origins of Adult Disease, Barker 仮説）や DOHaD（Developmental Origins of Health

and Disease, Gluckman & Hanson）が脚光を浴びています。生活習慣病のリスクファクターは、胎児期と子どもの成長の各時期に存在します。私は、これを生活習慣病ツリー（図1）と長寿ツリー（図2）という図を作成して説明してい

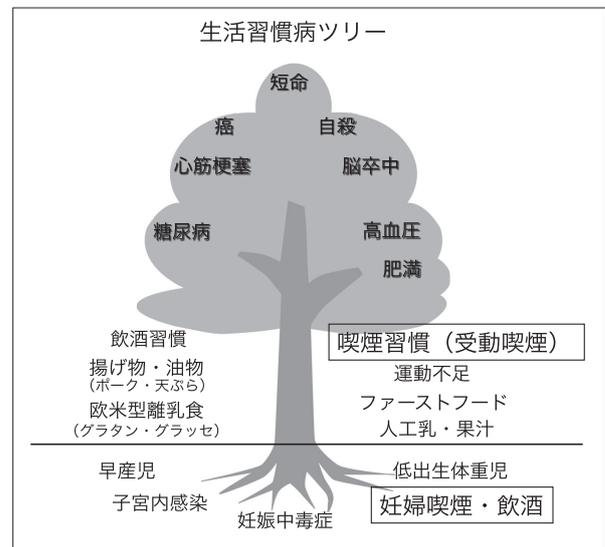


図1 生活習慣病ツリー

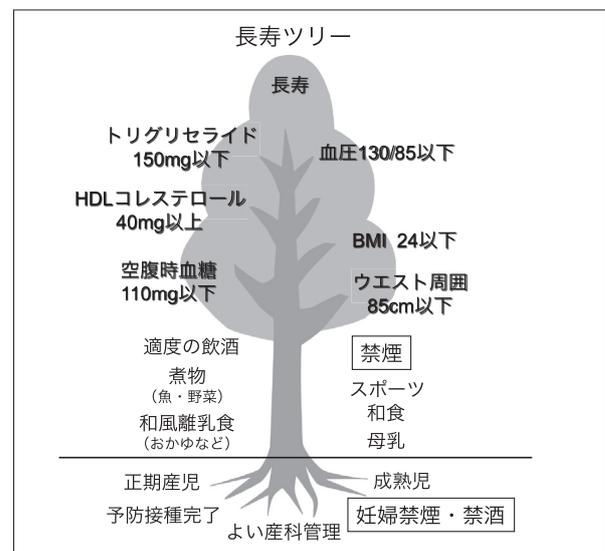


図2 長寿ツリー

ます (安次嶺馨編：赤ちゃんから始める生活習慣病の予防、ニライ社、2007)。

人間の一生は胎児期から始まりますが、胎児、新生児、乳児、幼児という最初の2～3年以内に起こった生活環境が生涯にわたって健康に影響を及ぼすことを示しています。

日本人の喫煙率が年々低下しているのは喜ばしいことですが、若い女性の喫煙率、さらに妊婦の喫煙率の高さは憂慮すべきことです。表1と表2には母親の喫煙が胎児・幼児に与える影響について示しています。私は、このことをいかに若い人々、特に女性に伝えるか、いつも腐心しているのですが、ある聡明な小学生の新聞投書に教育の重要性を知り、希望を見出しました。

表1 妊婦の喫煙が胎児に及ぼす影響

妊婦の喫煙が胎児に及ぼす影響

- 1 流産・早産・未熟児になりやすい
- 2 斜視・脳出血・小児癌・奇形になりやすい
- 3 乳幼児突然死症候群(SIDS)になりやすい
- 4 身長・体重の増えが悪い
- 5 知能の発達が悪い
- 6 キレやすく、落ち着きのない子になりやすい
- 7 将来犯罪者になりやすい
- 8 女兒は、将来、不妊になりやすい

(加治正行)

表2 タバコの煙は子への虐待

タバコの煙は子への虐待 子どもに副流煙を吸わせるとどうなる？

- 1 喘息発作・急性気管支炎・肺炎・中耳炎・アトピー性皮膚炎などが増える
- 2 病気入院が増える
- 3 乳幼児突然死症候群(SIDS)の危険因子
- 4 身長の伸びが悪くなる
- 5 知能の発達が劣る
- 6 虫歯になりやすい
- 7 成人後の発癌率が高くなる

(加治正行)

「たばこの害でこわい病気に。」大城紗里 (小4) 沖縄タイムス「ぼくも私も」欄投稿。
2010年7月17日

8日の2時間目に、たばこについての話を聞きました。たばこを長いこと吸い続けると、肺が真っ黒になって病気になるそうです。この病気はとてもこわい病気で、こきゅうができなくなったり、死んでしまったり、血管がちぢんで足がくされてしまったりするそうです。おかあさんのおなかの中に赤ちゃんがいる時、お父さんがたばこをすうと、お母さんもそのけむりを吸ってしまって、血管がちぢんですみずみまでえいようが運べなくなって、赤ちゃんが小さくうまれてくるそうです。その赤ちゃんが大人になると、おなかですいたまうまれてきたから、あれもこれもいろんなものを食べてしまって、メタボリックという病気になるそうです。その話を聞いて、わたしはとてもびっくりしたので、たばこはぜったい吸いたくなく、周りの人もすってほしくないです。今日のお話はとてもためになりました。

皆さん、いかがですか。これほど簡潔明瞭にタバコの害について書かれたものを私は知りません。私が数ページを費やして長々と説明しても、これだけの説得力は持ち得ないと、恥じ入るばかりです。

3 タバコ川柳の公募と作品集の発刊

第6回日本禁煙科学会に伴う事業として、タバコ川柳を公募しましたが、小学生から成人まで1,123句の応募がありました。全作品を月桃紙に印刷し、学会期間中、会場に展示しました。かなり好評でしたので、学会終了後、入選作を「タバコ川柳作品集」(図3)として発刊しました。その中から、一部を紹介します。

うれしいな すわないパパは いいにおい
(小学一年)

たばこ買う お金あるなら 旅行へGO
(小学六年)

父さんへ たばこことかぞく どれえらぶ
(小学五年)

その煙 流れの先は 子どもの肺 (小学五年)

ちゅらかーぎー タバコ吸ったら やなかーぎー
(中学生)

タバコは害 吸わないあなたは ナイスガイ!
(中学生)

禁煙ね 長くあなたと いたいから (高校生)

そのタバコ かわいいあなたに 似合わない
(高校生)

妊婦さん 赤ちゃんないてる 吸わないで
(高校生)

たばこはさー 吸ったら体が でーじなる
(高校生)

この作品集は、タバコクイズ30題に回答と解説を加え、禁煙指導の教材として用いられるようにしています。県医師会・県歯科医師会・県薬剤師会・学校・市町村等に配布しました。日本禁煙科学会本部からも沖縄で始まった「赤ちゃんから始める禁煙活動」を推進するため、この作品集を全国に向けて発信するとの連絡を受けました。

4 長寿県沖縄復活の鍵は子どもたちの健康にあり

いったんタバコを吸うと常習化しやすく、そこから抜け出すのは困難を極めます。特に子ど



図3 タバコ川柳 作品集

もはタバコ常習者になりやすく、従って、最も大切なことは、最初の一本を吸わないよう子どもたちに指導することです。

「命どう宝」は、沖縄の人びとなら誰でも知っている言葉です。日本一出生率の高い沖縄県は、日本一子どもを欲しいと思う人びとの住む土地のはずです。しかし、この地で子どもたちは大切にされ、健康に育っているのでしょうか？

子どもは未来であり、何にも勝る宝として健康な体に育てるのは、私たちの義務です。

童(わらび)どう宝!!。沖縄の禁煙スローガンとして、これほどふさわしい言葉はありません。長寿県沖縄の復活のために、タバコ病のない次世代を育てましょう。



はしかから始まった VPD (ワクチンで防げる病気) 制圧運動

— はしか ‘0’ キャンペーン週間 5/13 ~ 5/19 に因んで —

はしか ‘0’ プロジェクト委員会 副委員長

ぐしこどもクリニック 具志 一男



はじめに

沖縄県で 2001 年から始まったはしか ‘0’ キャンペーン週間も今年で 12 年目を迎えます (日本医師会の予防接種週間は 2004 年から)。2003 年から全国に先駆けて行った麻疹患者の全数把握とウイルス学的検査による検査診断、接触者の追跡調査により県内での麻疹ウイルスの伝搬は無くなり、県外からの持ち込みによる感染のみになっています。予防接種による感受性者の減少と接触感受性者の追跡調査と隔離が大きな力となりました。

になった風疹の予防接種率も向上し、患者の発生と共に先天性風疹症候群の児も減らすことが出来ていました (図 2)。しかし、2011 年は、風疹の予防接種を受けていない 20 歳以上の男性の風疹患者が増加し、予防接種を受けている者と受けていない者の差が明らかとなりました。

麻疹制圧へ、風疹は…

2006 年からは待望の麻疹ワクチンの 2 回接種が、MR (麻疹風疹混合) ワクチンを使って行われるようになり、罹患しなくても確実な永続的な抵抗力を獲得することが出来るようになりました。全国的にも 2009 年からは患者数が激減しており (図 1)、国外からの輸入例の割合が増えています。沖縄県ではここ 1 年以上にわたって麻疹の患者発生が見られませんが、全国でも近い将来、麻疹の制圧が可能になるであろうと思われます。

また、同時に接種すること

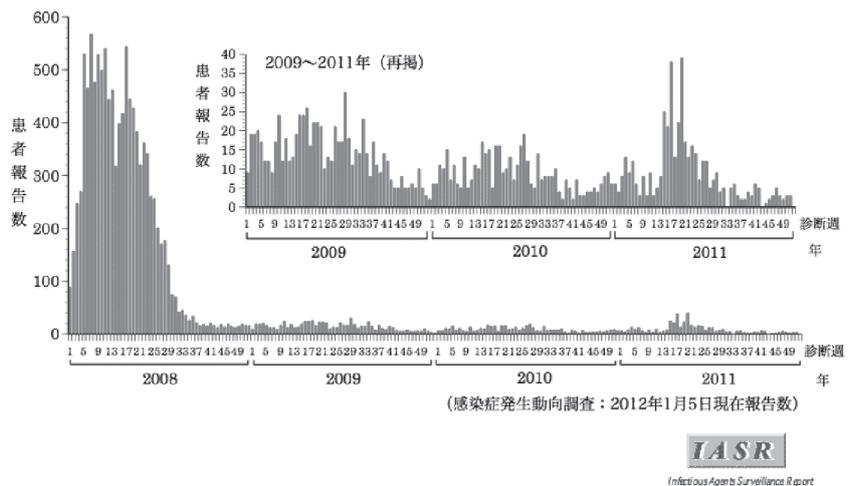


図 1. 週別麻疹患者報告数の推移, 2008 ~ 2011 年

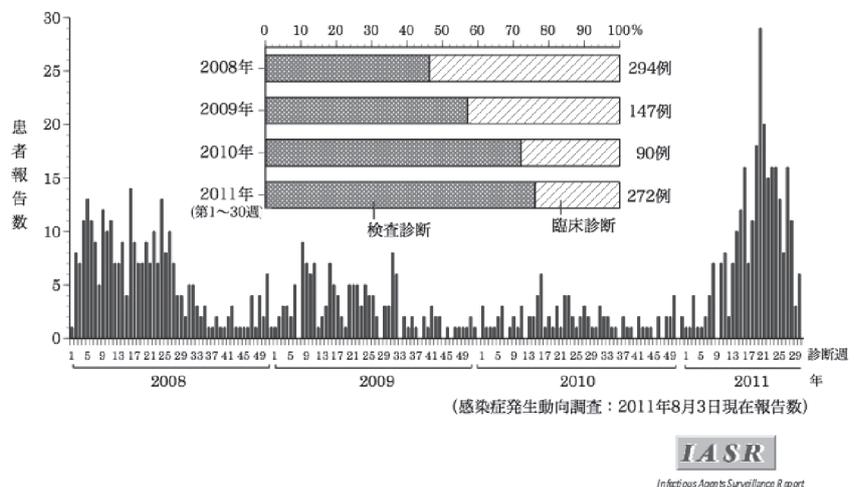


図 2. 週別風疹患者報告数の推移, 2008 年第 1 週 ~ 2011 年第 30 週

た。20才代以降の風疹ウイルス感受性者に対する予防接種が課題となっています。

沖縄県のMRワクチン接種率は、まだまだ、目標の95%に達していません。特に、キャッチアップで行われている3期(中学1年生)と4期(高校3年生)の接種率は、75~80%と低迷しています。現在、県内では麻疹や風疹の発生は見られませんが、今後未接種者を中心とした流行から、0歳児や妊婦への感染が懸念されます。

VPD 制圧運動

この予防接種による効果は他の疾患の予防にも向けられ、日本でもここ2~3年の予防接種導入に拍車がかかっています。昨年からは、ヒブワクチン(米国では20年前から導入)、小児用肺炎球菌ワクチン(同10年前)、ヒトパピローマウイルスワクチン(子宮頸がん予防:同8年前)の定期接種率化に向けての接種費用の助成が行われています。今年、ロタウイルスワクチンの発売が始まり、不活化ポリオワクチンの導入も予定されています。平成25年度

に向けての水痘、おたふく、B型肝炎、大人用肺炎球菌ワクチンの定期接種化など、先進国から20年遅れた日本の予防接種行政が変わろうとしています。その原点となった沖縄県はしか‘0’プロジェクト委員会の活動の一環として、はしか‘0’キャンペーン週間が、今年も5月13日から行われます。5月13日には県庁前広場で、イベントなども行われます。御参加いただければ幸いです。

おわりに

この時期に限らず、一年中、いつでもVPDを減らす活動にご協力をお願い致します。いつ、病気に罹るかわかりません。接種可能なときにタイミングを逃さず、必要な予防接種を可能な限り同時に行うことが肝心です。別々に接種したときに、後に回した疾患に罹患し、死亡したり障害を残したときには悔やんでも悔やみきれません。何故、一緒にできると説明してくれなかったのかと責められます。十分な説明をして、同時接種を薦めることが肝要です。

原稿募集!

プライマリ・ケアコーナー(2,500字程度)

当コーナーでは病診連携、診診連携等に資するため、発熱、下痢、嘔吐の症状等、ミニレクチャー的な内容で他科の先生方にも分かり易い原稿をご執筆いただいております。
奮ってご投稿下さい。