



**皆さんこんにちは。呼吸器内科の伊藤です。**

今月から呼吸器の病気に関するコラム 3 回にわけてお届けします。  
タバコ・肺がん・COPD(慢性閉塞性肺疾患)のお話を予定しています。  
気軽におつきあいください。

◎ **伊藤秀幸 (いとう ひでゆき) 医師**

主な経歴：東京女子医科大学第一外科

国立国際医療研究センター呼吸器外科

まず今回はタバコについてです。タバコが体によくないことはわかっているし  
家族からも禁煙を勧められている。吸える場所も年々減っていき、肩身がせまい。  
それなのに禁煙できないのはどうしてでしょう？



## タバコが関係する病気

タバコが関係する病気は大きく 2 つに分けられます。ひとつは次回以降にお話しする  
肺がんや COPD など体の病気です。もうひとつは、あまり意識されていませんが、  
タバコそのものをやめられないという「ニコチン依存症」という「病気」なのです。



## ニコチン依存症について

いつでもやめられると思って吸い始めたのに、タバコから離れられなくなってしまう。  
禁煙しようとしても、つい吸ってしまう。これは、タバコに含まれるニコチンが、  
麻薬にも劣らない強い依存性をもっているからです。タバコを吸うと、ニコチンが脳に達し、  
快感を生じさせる物質（ドパミン）を放出します。この快感物質を求める行動が喫煙習慣  
であり、そこから離脱できない状態がニコチン依存症とされています。



## 健康保険でできる禁煙治療

禁煙治療にはニコチン補充とバレニクリンという飲み薬があります。  
2006 年より禁煙治療には健康保険が適用され、患者さんの負担も軽くなりました。  
当院ではバレニクリンの処方を行っていますが、以前より成功率も高くなっています。  
興味のあるかたはぜひ気軽に外来にお越しください。