

当健診センターにおける禁煙勸奨活動の検討

～喫煙に対する意識調査からの一考察～

札幌社会保険総合病院 健診センター ○富永 一美, 神谷夕香里, 杉野 仁美, 和田 直子,
岩田 佳代, 江原 亮子, 秦 温信

I. 目的

当健診センターでは、平成18年6月より、喫煙者に対して健診結果通知に禁煙勸奨のコメントを入れ、パンフレットを送付している。

昨年、この取り組みについて評価・検討したところ、禁煙勸奨コメントとパンフレットの添付では喫煙状況に変化は見られず、20歳代の喫煙率の上昇、非喫煙者の喫煙開始がみられた。今後の禁煙支援としては、喫煙者のみの禁煙勸奨ではなく受診者全員へのアプローチが必要と考えた。

そこで今回は、当健診センター受診者の喫煙に対する意識調査を行い、今後の禁煙支援について検討したので報告する。

II. 対象

当健診センター受診者のうち、平成20年9月から10月に当健診センターを受診した方で、意識調査への参加に同意を得られた受診者1004人。男性636人、女性368人。

III. 研究方法

記述式アンケートによる意識調査を行った。加濃式社会的ニコチン依存度調査票と、行動変容ステージ・禁煙歴などを調査した。結果については、喫煙・禁煙・非喫煙者別、さらに、喫煙者については行動変容ステージ別に喫煙に対する意識を比較・検討した。喫煙状況については、喫煙者、前喫煙者（禁煙に成功し現在は喫煙していない方）、非喫煙者とした。

IV. 結果

喫煙状況は、喫煙者359人（35.8%）、前喫煙者289人（28.8%）、非喫煙者356人、（35.5%）であった。喫煙者の行動変容ステージは、無関心期97人（27%）、前熟考期174人（49%）、熟考期49人（14%）、

準備期25人（6%）、無回答16人（4%）であった。加濃式社会的ニコチン依存度調査票の平均点は、非喫煙・前喫煙・喫煙へと得点が高くなり、女性より男性が高かった。意識状況は、喫煙状況別・行動変容ステージ別いずれにおいても灰皿がある場所は喫煙場所であるとの回答が多かった。喫煙状況別には喫煙者・非喫煙者共にタバコは嗜好品・喫煙はストレス解消法との回答、前喫煙者では、タバコを吸うことは病気であるとの回答が多かった。行動変容ステージ別には無関心・前熟考・熟考期でタバコは嗜好品・喫煙はストレス解消法・喫煙する生活を尊重して欲しいとの回答、準備期ではタバコを吸うことは病気であるとの回答が多かった。

V. 考察

禁煙に成功した前喫煙者、近々禁煙しようとしている準備期において、タバコをすうこと自体が病気であるという意識が高くみられた。禁煙の動機付け・継続・再喫煙の防止には「ニコチン依存症は病気である」という脅威を抱くことが必要で、この認識をより高める支援が重要であることが示唆された。

また、喫煙状況や行動変容ステージに関わらず、タバコは嗜好品・灰皿が置かれている場所は喫煙場所であるという意識が高くみられた。タバコの健康被害・受動喫煙の害などタバコの正確な情報提供や灰皿撤去などの吸いにくい環境を整備することが重要である。

VI. 結語

今後の禁煙支援として、喫煙状況・禁煙意志・ニコチン依存度・行動変容ステージにあわせて禁煙外来への紹介や禁煙相談の実施、また、健診時に禁煙勸奨の声かけ・パンフレットの提供を行う予定である。今後も健診の場における禁煙支援の充実に努めていきたい。