

薬だっ知識

東京オリンピックを控え、法律で禁煙となる場所が増えています。喫煙者の中で、禁煙を希望している人は3分の1いると言われていますが、実際の喫煙者数の減少は緩やかです。なぜ禁煙ができないのでしょうか。「意志が弱いから」と思われる読者もいらっしゃると思いますが、実はタバコに含まれるニコチンが人の精神面に深く関与しているのです。

タバコを吸うとニコチンは速やかに脳のニコチン受容体に達し、快楽物質のドーパミンを大量に放出させます。しかしタバコを吸わないでいると、ドーパミンが急速に減少することでイライラや不安が強くなる「離脱症状」が出ます。本来は脳が自律的にドーパミンなどを放出しますが、喫煙習慣のある人はそれができなくなりニコチン依存が形成されていきます。

生活に合う方法提案

40. 禁煙支援薬剤師

禁煙補助薬には、タバコの代わりにニコチンを補充するパッチ製剤やガムの他に、タバコの満足感を抑えることで、喫煙し

たい欲求を弱める内服薬があります。医師の診察と処方箋が必要な薬もありますが、一定の条件を満たせば通常の保険診療と同様に治療できますので、かかりつけの医師や薬剤師にご相談ください。

薬局では皆さんが現在服用している薬やサプリメントを確認し、生活に合った禁煙方法を提案しています。今は禁煙するつもりがない人や、禁煙に成

功したけれど困っていることがありましたら、遠慮なく近くの薬局や薬剤師に相談してください。

県薬剤師会では禁煙支援に関する知識・能力を備えた薬剤師を養成し、また禁煙支援に積極的に取り組む薬局に対し「認定禁煙支援薬剤師」と「禁煙サポート薬局」を認定しています。ホームページに薬局の一覧を掲載していますので、禁煙をお考えの方はぜひご利用ください。

(鹿児島県薬剤師会健康増進委員会・鎌田隆司)



禁煙支援薬剤師がいる薬局に表示されるステッカー

「令和3年2月9日（火）掲載（40. 禁煙支援薬剤師）」