

岩手県奥州市に住んでいたりの両親と同居、家族で農業を営んでいたりの女性（58歳）からの質問です。

質問

認知症の母（81歳）の喫煙についてご相談させていただきたいのですが。

昔からタバコが好きな母でしたが、認知症になつてからは1本をゆっくり吸うのではなく、ひと口吸つては消し、また新しいものにと一箱無くなるまで繰り返してい るような状況です。以前、母の身体のことを考え、タバコを取り上げたこともあったのですが、タバコが吸えなくなるとすごくイライラするみたいで、手がつけられなくなりました。家族と一緒に畠仕事している時はタバコを欲しがつたりしないので、吸わなくて大丈夫かもしれないと思い、私や父がもう無いと嘘をつくと、いやがらせと思つたのでしようか「吸えないなら殺してくれ」と言つて怒つたり、自分で買いに行くと出掛けようとしたこともあります。根気よく対応するのが一番と思つて



在宅医療は健幸医療

長尾 和宏

医療法人社団裕和会・理事長
長尾クリニック・院長

いますが、父は、母がタバコを吸つてゐる時間だけでも大人しくなるならその方がいいと、あきらめています。一人になる時間を少なくして母が楽しく過ごしてもらえるように家族で気をつけているつもりですが、これから母の身体のこと、火の不始末のことなどを考えると心配でたまりません。何かアドバイスをいただければ、ありがたいのですが。なにとぞ、よろしくお願ひいたします。

お答えします

なんとも切ない話ですね。私の周囲にも同じような人が大勢おられます。おそらく同じようなニコチン依存症の人が沢山おられる想像します。私は日本禁煙学会専門医ですし、「禁煙で人生を変えよう—騙されている日本の喫煙者—」（エピック）という本まで書いているのです。日々、禁煙希望者に寄り添い、一人でも禁煙に成功すれば「医者になつて良かった！」と無邪気に喜んでいます。しかしお母さまのようにすでに80歳を超えて認知症も併発している人は、

タバコ × 認知症 一番危険なのは火の不始末

なかなか禁煙治療の対象にはなりません。ひとつは禁煙できる確率が極めて低いことと、何よりも禁煙の意味がよく分からぬからです。禁煙治療は年齢が若ければ若いほど意味があります。寿命を10年も延ばせる素晴らしい医療なのでとても遣り甲斐があります。また受動喫煙で苦しんでいる“被害者”にも大きな恩恵があります。

しかしお母さまのような人の場合は、禁煙よりもまずは仰せのように火事を出さないことを優先します。というのも実際、火事を出して命を落とした在宅患者さんがおられたからです。私が訪問診療をした2時間後にその家が燃えているとの知らせを受けました。慌てて駆けつけると2階に寝ていたその人は床が燃えて1階に焼け落ち、

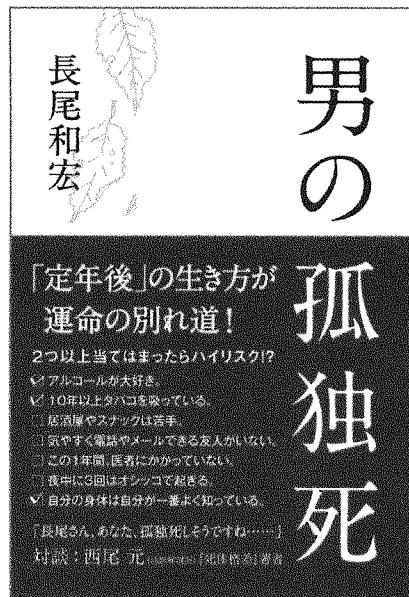
父さまが見守つてくれているようなのでいろんな対策を講ずればとりあえず上手にタバコと付き合うことはあり得るかと思います。また完全禁煙は無理だとしてもタバコの本数を減らす「減煙」は充分可能かと思います。お母さまの場合、仮にタバコをやめると脳においてドーパミンという神経伝達物質が出ないために意欲低下に陥る可能性があります。あるいは禁煙後うつ症状に伴うさらなる認知症機能の低下も懸念されます。だから理想論ではなくあくまで現実論として考えるべきです。

最近、巷では電子タバコが流行つています。しかし禁煙専門医の立場から言えば、電子タバコに変えてニコチン依存症やタバコの健康被害からの脱却にはなりません。また受動喫煙被害についても同様です。すなわちタバコも電子タバコも本質的には同じことです。タバコから電子タバコへの切り替えは、はつきり言つて“邪道”です。しかし火事のリスクを考えた時、一考の価値がある場合があります。特に独居の人であれば、次善の策として勧めることはあり

既に亡くなつていました。警察による検視はもう終わっていました。わずか2時間前に生き生きと話をしていた人が丸焦げになつたことはショックでした。「どうしてあの時、火の不始末について強く注意しなかつたのだろう」と後悔しました。それ以来、在宅患者さんにはケア会議の時にタバコの火の不始末についてヘルパーさんなど多職種も含めてよく話し合うようにしています。家族だけでなくお隣さんから強く頼まれることもあります。老若男女を問わず火事の原因のトップはタバコだと思します。

中等度の認知症があつてもタバコによる火事は怖い、ということはある程度理解できることが多いように思います。幸い、お

これから訪れる、日本人の死



男の孤独死

著者：長尾和宏
出版社：ブックマン社
価格：1300円+税

重いタイトルではありますが、今まで医師のどなたも書いてこなかった衝撃的な内容だと自負しております。

男の孤独死は思いのほか、身近にあります。

そのことを意識したうえで、60歳から75歳までの生き方を一緒に考えていきましょう。

男の「現実」をここに書きました。

得ます。これはあくまで電子タバコを推奨しているわけではないのでくれぐれも誤解無きよう、お願いします。
あるいはもし禁煙ないし減煙する意思が少しでもあるようでしたら、最少量のニコチンパッチを貼つておいて禁煙欲求を抑えという方法もあります。但し、

こうしたニコチンパッチの使用に健康保険は適応できません。だから私は、ご家族に薬局で買ってもらい様子を見ながら使っています。ただニコチンパッチを

使用しながら喫煙すると、突然死などのリスクがあるので薬事上は禁じられていることは知つておいてください。あくまで私のように積極的に禁煙治療を行つてている医師と、よく相談しながら二人三脚で減煙への道を探ることが大切です。

最近、「男の孤独死」（ブックマン社）という本を書きましたが、60代の男性、そして特にタバコとお酒が孤独死のリスク因子です。ですから独居の男性には、電子タバコ

に変えてもらう時もあります。またCOPD（慢性閉塞性肺疾患）のために在宅酸素療法が必要な方には爆発のリスクがあるのでタバコは厳禁です。タバコを吸われるのでは酸素吸入はできません。

さらに月並みですが、タバコ以外の楽しみを探す事ももちろん大切です。気をそらすというわけではありませんが、タバコのことを忘れるように気をそらす努力も必ずしてください。カラオケやダンスやウォーキングなどの運動で喫煙欲求を発散させることができます。もし要介護状態であれば、デイサービスやショートステイは原則、禁煙ですからそこに通わせることも一法です。私の経験では、お母さまのような人もある時点から、自然にタバコが減るか完全に止められます。しかしながらには、自宅で平穀死する10分前までタバコをふかしていた90代の女性もいました。だからまさにその人によつて違います。いずれにせよ、火事対策だけはくれぐれもしっかりと行つてください。タバコ以外にもコンロの火やストーブの火もその対象になります。

きらめき

プラス

Vol.62 弥生



梅左の六花八葉集その七
82歳のコンピューター
おばあちゃん

ティム・クック氏も驚かせた

一タ

堀川登志子

若宮正子