平成 30 年度　学校保健講習会及び薬物乱用防止講習会　報告

千葉県学校薬剤師会
常任委員　並木　佳久

11 月 11 日（日）晩秋の中、学校保健講習会及び薬物乱用防止講習会が約 150 名の会員を迎え開催された。

学校保健会講習会として、千葉県循環器病センター感染管理認定看護師　大塚モエミ先生より「冬に流行する感染症対策　-インフルエンザとノロウイルス感染症-」についてご講演を頂いた。感染管理認定看護師は、保険医療関連施設を利用する全ての人々を医療関連感染から守る役割を担っており、院内感染の把握、感染対策実践のための職員への教育・指導・医療関連感染を防ぐ為の療養環境を整えることを目的に活動している。

感染予防のポイントとして、「持ち込まない」「拡げない」2 点を挙げられた。感染成立の要素として、感染源→感染経路→人　で構成されており、菌は感染経路を必ず通り抜けるため、いかに感染経路において防ぐことが大事であるとのことであった。

施設内でのノロウイルス感染経路は、職員からの感染が大半を占めている。職員からの感染を防ぐために、手の衛生（アルコールによる手指消毒、石鹸と流水の手洗い）などを含めた職員教育が最も重要であるとのことであった。またノロウイルス汚染は、吐物や便などの目に見える汚染、トイレの手すりや便座などの手がよく触れる所（高頻度接触面）などの目に見えない汚染の 2 通りである。中でもトイレなどの高頻度接触面への定期清掃は、頻度や清掃方法などを明確にしておく必要があるとのことであった。

季節性インフルエンザ対策は、流行前からは下記の対策を取ると良いとのこと。1.インフルエンザ対策確認、2.ワクチン摂取、3.マニュアル確認（職員の就業制限規則など）、4.職員教育（手指衛生、咳エチケット、環境表面に清掃などの感染対策）、5.標準予防策を実施、6.サーベイランスの実施（地域のインフルエンザ状況、施設内の患者・職員の情報）。

最後に手指衛生・個人防護服・汚物処理の基本手技について説明があった。中でも手指衛生の注意（手を濡らしてから石鹸をつける、暑いお湯で洗わない、15 秒以上かけて行う）などが記載してある手順を掲示しておくと良いとのことであった。

次に、薬物乱用防止教室講習会では千葉県受動喫煙防止条例に関する協議会委員　多那村雅子先生より「タバコの害から子どもを守るために　–最近のタバコ事情-」についてご講演いただいた。

現在、食品やビールなどは「食品衛生法」、ニコチンガムは「薬機法」にて規制されているが、タバコにはこのような規制はなく、タバコ事業法（たばこ産業と国民経済の健全な発展を目的とし、国内産原料用葉たばこの生産や買入れ・製造・販売・販売価格・健康に対するたばこ警告表示・広告に対する勧告などを規定する）のみでしか管理されていない。

喫煙は、がんや心疾患・脳卒中など、通常の生活に障害を及ぼす重大疾患を引き起こす原因の第 1 位であり、受動喫煙も問題視されている。受動喫煙（副流煙と呼出煙）は、自分の意志にかかわらず、他人が吸うタバコの煙を吸わされてしまうこと。タバコというと刺激臭を嫌う人が多いが、臭いより

も健康への影響が大きいのは、煙に含まれるさまざまな有害物質である。タバコには、ニコチン・タールの他に 4000 種類以上の化学物質、200 種類以上の有害物質、70 種類以上の発がん性物質が含まれている。特に喫煙者が吸い込む主流煙よりも、タバコの先から立ちのぼり、ほかの人も吸い込む副流煙が問題であり、その副流煙には主流煙よりもずっと多くの有害物質が含まれているからである。受動喫煙を受けている子どもは、知能低下・呼吸機能低下・アトピー性皮膚炎・低身長など様々な悪影響を受けてしまう。

喫煙席を設ける、分煙にするためガラスドアで仕切って密閉した喫煙室を設けている飲食店があるが、これでも煙を 100%遮断することはできない。人が出入りする際には必ず、体にたばこの煙がまとわりついて移動し、有害物質を拡散させしまう。服や髪の毛・カーテン・家具・壁などからたばこ臭を感じた時には、有害物質を体内に吸い込み受動喫煙の被害にあってしまう。

喫煙をやめられないのは、ニコチン依存症になっているためである。人間の脳の中では、何か気持ち良さや喜びを感じた時にドーパミンという神経伝達物質が分泌されるが、ニコチン依存症は、ドーパミンを分泌させる回路がニコチンによってうまくまわらなくなってしまった状態である。ニコチンが脳に届けば快楽を得られますが、それが無くなるとまた欲しくなってイライラする。依存症への道は 5 段階あり、その第 2 段階「量が増えていく（耐性）：依存症への前段階」に介入するのがポイントであるとのことであった。

煙が出ないとされている新しいタイプのたばこ、加熱式たばこと電子たばこの説明があった。加熱式たばこの葉を電気で加熱して蒸気を発生させ、ニコチンを吸い込むものであるが、紙巻きたばこと同様に依存性があり、発がん性物質を含む有害物質を含んでいることが指摘されています。また副流煙はないが呼出煙はあるため、健康被害を懸念されている。

禁煙治療でも本人が禁煙に対して意識を持つことが重要で、その一つの手法として動機づけ面接法を活用しているとのことであった。動機づけ面接法は、本人が変わりたい方向を自ら見出して、その方向に進めるよう手助けするコミュニケーション方法である。禁煙治療の開始時には、自ら禁煙するという主体的な意思を引き出すようにする。また治療中で吸いたくなった時などについては、ご本人が生活の中で無理なくできる紛らわし方等を会話しながら一緒に考える。こうして患者のモチベーションが下がることのないように導いているとのことであった。

大塚モエミ先生

田那村雅子先生