



喫煙で医療費が 155兆円!

それでも

たばこを吸いますか?

世 界保健機構(WHO)は2017年の世界禁煙デーに関連して、喫煙による被害について発表しています。

年間約600万人としてきた喫煙による死者を700万人以上と修正したほか、その8割以上が低・中所得国に集中しており、健康被害等をもたらすため貧困を生む原因になると警告しました。健康被害に伴う医療費等で1兆4000億ドル(約155兆円)の経済損失があり、1人当たりでは約56ドルと、家計や各国財政にとって大きな負担となっています。

また、吸い殻には発癌性物質を含む7,000以上の有毒化学物質が含まれていますが、1日に販売される150億本のうち、100億本以上がそのまま廃棄されている(いわゆる「ポイ捨て」)と、環境への有害性についても初めて報告されました。

一 方、厚生労働省の研究班も、喫煙との因果関係が確定だとした病気を対象に、2014年度の40歳以上の国民医療費から喫煙で余計にかかった医療費を算出しています(2016年8月「たばこ白書」、表参照)。

また、がん等の病気での治療や入院によって働けないことによる経済的な損失額を2,493億円と試算し、休憩時間を除く勤務時間中に喫煙で席を離れることによる損失額を5,496億円とする見積もりも出しました。

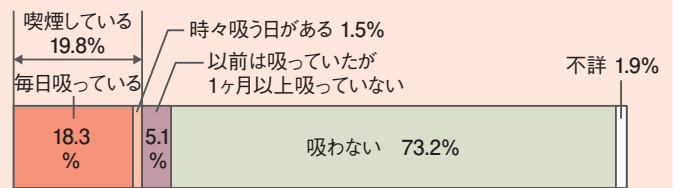
厚生労働省の2016年国民

■喫煙による医療費

病名	医療費(億円)
<喫煙者本人>	
がん	7,087
虚血性心疾患	2,001
脳血管疾患	1,953
慢性閉塞性肺疾患	626
<受動喫煙>	
脳血管疾患	1,941
虚血性心疾患	955
肺がん	335

生活基礎調査では、成人喫煙者の割合は19.8%と初めて2割を切りました(グラフ参照)。年代別では、男性は30代が39.9%、女性は40代が14.7%と最も喫煙率が高く、2001年の調査と比べて減少幅が最大だったのは男女とも20代でした。

■日本人の喫煙状況



喫 煙によるさまざまな弊害の周知をさらに徹底する必要がある一方で、例えば飲食店での完全禁煙実施は中小企業にとって死活問題であり、行政がどこまで補助・支援を行うのかは未知数です。

しかし、政府の規制改革推進会議において、禁煙外来について対面診療を組み合わせずに行える「完全な遠隔診療」を解禁要項として認めるよう厚生労働省に要請していることは、予防医学上のひとつの光明と言えそうです。働き盛りの忙しい人など、医療機関に定期的に通うのが困難な人にとって、実際に病院に足を運ばなくとも禁煙外来の診察を受けられる日がくるかもしれません。

喫煙被害の周知活動や、禁煙外来の遠隔診療解禁などによって、禁煙支援の取り組みがさらに成果を生むことを期待したいと思います。

(新宿西口センター 医師:漆迫 美加)



舞茸と鶏ひき肉の ピリ辛ポン酢炒め

舞茸を他のきのこに変えてもおいしく召し上がれます!

1人分: エネルギー81kcal

たんぱく質...7.2g 炭水化物...3.8g
脂質...4.8g 塩分...0.7g



材料(2人分)

- 舞茸.....1株
- 鶏ひき肉(むね).....50g
- しそ.....2枚
- 鷹の爪.....適量
- ごま油.....小さじ2
- ④ ポン酢.....大さじ1
- 砂糖.....小さじ1/2
- ゆず胡椒.....小さじ1/4

作り方

- 舞茸は石づきを落とし、手で食べやすい大きさに割く。
- しそは千切りにする。
- ごま油に鷹の爪を入れて熱し、鶏ひき肉を入れて炒め、火が通ったら①を入れる。
- 全体に火が通ったら、混ぜておいた④を回し入れ、軽く炒める。
- 皿に盛り付け、②を乗せる。