認定専門医やコメディカルが連携し クリニカルパスによるチーム医療で支える

北光記念クリニック（佐久間一郎所長）では、チーム医療による禁煙サポートプログラムが好評だ。

同院の禁煙外来患者数は平成16年度で10人、21年度は82人、22年度は118人、23年度は113名となっており、タバコの値上がり以降も禁煙需要が高いことがうかがえる。

同院では特別な禁煙コーチングスキルを身につけたスタッフが、きめ細かな指導にあたっている。中断せずに通院した場合、禁煙成功率70％以上を達成している。また日本禁煙協会が認める禁煙認定専門看護師が1名、禁煙認定看護師が2名おり、さらに佐久間所長も禁煙認定専門医の資格を有しており、専門的見地からの指導が可能だ。

▲きめ細かな禁煙サポートは好評

医師だけではなく、看護師、薬剤師などのコメディカルが積極的に禁煙サポートプログラムに参加しているのも特徴。薬剤師が禁煙外来に関わるのは道内でも珍しい試みで、同院の薬剤師は、患者に対して薬の説明、薬の飲み合わせのチェック、また副作用がある場合にはそれを抑える薬を処方するなど、きめ細かな指導に徹している。

さらに今年からクリニカルパス（治療計画表）を導入し、同クリニックの調剤薬局ともパスで連携をとることで、より充実した指導を行える体制を整えた。

喫煙は習慣的依存性が高いが、その治療については、行動療法が有効なため、看護師は行動科学的アプローチでカウンセリングを行う。また、禁煙成功には「動機」と「自信」を強め、「負担」を軽減することが重要であるため、まず、タバコを吸いたくなる動機や止めたい動機を確認、それを反復して患者に伝え、自覚させることで、禁煙動機を強化させる。「禁煙に伴うストレスがある場合には励まし、禁煙継続の場合には褒めることで、患者の自信へとつなげています」と、禁煙認定専門看護師の海藤陽子さんは語る。

さらに一酸化炭素呼気測定を定期的に行い、禁煙が進んでいることを数値で示し、目に見える結果で自信を持たせている。

ところでニコチンの禁断症状のピークは3日目と言われており、1～2週間続く。「その見通しを患者へ伝えることで、患者さんの精神的負担が軽減されます」（前出・海藤さん）。禁煙開始3日目には電話訪問を行い、患者の不安軽減に努める。さらに診療期間終了から3ヵ月後に禁煙経過を電話でフォロー、禁煙達成から1年後に励ましの手紙を送るなど、メンタルな面でのきめ細かなケアを実施し、定期的なフォローで禁煙の継続に繋げている。

また、コーチングスキルを身につけた看護師が10人程いるため、同院では禁煙外来診療を毎日実施しているのも特徴の一つだ。患者の都合のいい日程でプログラムを組んだり、曜日変更にも柔軟に対応できる。

同院では禁煙を達成した人が、その後禁煙を持続しているのかの追跡調査研究を、看護師が中心となって実施している。この調査データを今後の治療に役立てるほか、看護師たちのスキル向上を図り、成功率とともに「継続率」も高率を保っている。

「喫煙は、生活習慣病の元凶となりうる要因の一つ。特に男性より女性のほうがタバコの害に敏感で、通常女性はコレステロールが高いだけでは動脈硬化は起きないが、頚動脈エコーで調べると喫煙している女性では全員に動脈硬化が認められた。さらに胎児や、子供への受動喫煙など、次世代への影響も大きい。喫煙をなかなか止められない方は一度相談を」と佐久間所長は語る。

▲北光記念クリニックの外観

社会医療法人社団カレスサッポロ
北光記念クリニック
札幌市東区北27条東8丁目1-15
☎（011）722-1122