

3 禁煙指導能力をそなえた歯科衛生士養成の取り組み
—本学歯科衛生士学科学生の喫煙の現状を踏まえて—

本間 和代

明倫短期大学 歯科衛生士学科

keywords : 禁煙指導能力, 歯科衛生士教育, 学生の喫煙実態 禁煙教育の効果

はじめに

喫煙ががんや心臓病, 脳血管疾患など全身疾患の原因になることはよく知られているが, 歯周病の最大のリスクであることを知る人は少ない。しかし, 近年, タバコの有害物質が口腔内にさまざまな悪影響を与えることがクローズアップされるようになり, 歯科医療現場において禁煙指導が行われるようになってきた。また, 歯科衛生士は厚労省の定める30時間の講習を受けて生活習慣病予防に対する特定保健指導を行える職種に加わり, 歯科衛生士に禁煙指導能力が求められる時代となったことから, 口腔保健管理法の教科にその教育を導入し学生の意識を調べた。また, 学習する学生側の喫煙実態と禁煙意識を把握することも必要と考えアンケートを実施した。

対象および方法

調査対象は, 同意を得られた歯科衛生士学科学生(女子) 215人である。調査内容は①喫煙の有無, ②喫煙者の喫煙歴および喫煙状況, ③禁煙意識等である。さらに, 講義を受講した3年生に講義の意義と今後の禁煙指導の取り組みに対する考えをたずねた。

結果および考察

喫煙者は25人 (11.6%), 過去の喫煙者は8人 (3.7%) で上級になるほど増加した。喫煙を始めた時期は中学が5人, 高校が9人, 短大が11人で特に1年次が多かった。これより, 本学の入学オリエンテーションにおける禁煙講座を受けてもなお吸い始める学生が多いことから, 生活環境や友人関係に変化の出る1年次のさらなる指導が必要であると思われる。1日の本数は10本未満が最も多く18人であったが, 喫煙時期は放課後, 食後, 就寝前の順に多かった。喫煙の動機としては, 人からの勧め, 好奇心, 気分転換がほぼ同数上げられた。喫煙者25人のうち禁煙を試みた経験のある者は20人 (80%) で, 喫煙

者の大半は健康被害を自覚し禁煙を試みたが止められない現実が浮かび上がり, ニコチン依存から脱する難しさを示した。

3年生に行った禁煙指導に関する教育内容は表1に示すとおりであり, 学生は真剣に受講した。

表1 禁煙指導能力を養うための教育内容

タバコによる健康被害, 歯周病と喫煙関係
タバコの有害物質, タバコに関する法令
ニコチン依存症患者の治療と医療保険
禁煙支援・禁煙教室の実際

禁煙指導教育の有効性と今後の取り組みについての回答は, 表2に示す通りであった。

表2 禁煙指導教育の有効性と今後の取り組み

質問内容	%
Q 1 禁煙指導教育の有効性はあったか	
・有効である	89
・あまり有効でない	11
Q 2 将来禁煙指導をやりたいか	
・是非やってみたい	41
・やりたくない	8
・分からない	51

将来, やりたいかどうか分からないとの回答が51%あったことは, 禁煙指導の難しさともっと高度な知識が必要であると感じているようである。

まとめ

禁煙指導教育の実施により, 学生の禁煙への意識が高まり, 喫煙による健康被害を再認識する機会になったが, 将来の指導の実施については, 禁煙の難しさから自信がない様子が伺えた。また, やりたいと答えた者は家族の喫煙を止めさせたいという思いが強かった。