



日薬業発第217号

平成17年2月17日

都道府県薬剤師会会長 殿
同 健康日本21担当理事 殿

日本薬剤師会
会長 中西 敏夫

呼気中一酸化炭素濃度測定器「マイクロCOチェック」の活用について

平素より、本会会務に格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

本会では、薬剤師は国民の健康を守る専門職として、禁煙の推進や受動喫煙の防止に積極的に貢献することが重要との観点から、平成15年4月9日の理事会において『禁煙運動宣言』を採択するなど、たばこ対策の検討・実施を進めてまいりました。

本年2月7日付事務連絡でもご案内のとおり、今般、本運動の主旨にご賛同いただいたファイザー株式会社コンシューマー・ヘルスケア事業部様より、薬剤師による禁煙支援に活用できるよう、呼気中一酸化炭素濃度測定器「マイクロCOチェック」を寄贈いただきました。

都道府県薬剤師会、支部薬剤師会におかれましては、各種イベント等で本機器をご活用いただき、地域住民に対する禁煙支援を積極的に行っていただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

また、本会地域保健検討会（職能対策委員会）にて、別添資料のとおり測定器活用におけるポイントをとりまとめましたので、併せてご活用頂ければ幸甚に存じます。

呼気中一酸化炭素濃度測定器を用いて、薬剤師による禁煙運動を実践しよう！

日本薬剤師会

職能対策委員会 地域保健検討会

たばこ煙中には200種類以上の有害物質が含まれていますが、その中でも「ニコチン」「タール」「一酸化炭素」が3大有害物質といえます。

「マイクロCOチェック」は、たばこに含まれる有害物質の一つである「一酸化炭素」をどのくらい体内に取り込んでいるかを測定する機器です。喫煙、受動喫煙の影響などを分かりやすく説明する際のツールとしてご活用下さい。

1. 使い方のポイント

※使用法は必ず機器付属の説明書にてご確認ください。

1) 別途、使い捨てのマウスピースを購入して下さい。

100個入り 2,000円 / 250個入り 4,000円 (税・送料別)

(問い合わせ先: 下記4. 参照)

2) 測定方法は簡単。測定者は息を20秒間吐くだけです。

20秒間息をきちんと吐き続けるのは大変です。しっかりと呼気が測定器に吐き出されるようご指導下さい。

3) 連続して測定する場合

呼気中の水分が測定に影響を与えますので、連続して測定する場合には、測定の間一旦電源をOFFにし、1分以上機器を休ませて下さい。簡単な清掃のためにティッシュペーパーを用意すると便利です。

2. 結果の判定について

本機器による判定は4段階です。機器の液晶画面に表示される数値と別紙1(機器添付資料参照)を併せて判定してください。

0~6ppm ノンスモーカー 7~10ppm ライトスモーカー

11~20ppm ヘビースモーカー 20ppm~ 警告

- 一酸化炭素の大気汚染に係る環境基準は10ppm以下です。COが10ppm以上の喫煙者は大気汚染がひどい地域に住んでいるのと同じ状態にあります。
- 一酸化炭素は赤血球内のヘモグロビンと結合して一酸化炭素ヘモグロビン(Hb-CO)になります。一酸化炭素とヘモグロビンの結合は酸素の約250倍と言われており、一酸化炭素が体内に入るとヘモグロビンの酸素運搬能力を低下させ、酸素欠乏を引き起こします。血液中の酸素濃度が回復するには約8時間かかると言われています。まずは8時間禁煙を勧めてみてはいかがでしょうか。
- ライトやマイルドの表示に注意！軽いたばこなら安心と思っている喫煙者は意外と多いため、正しい知識の普及啓発が必要です。
→参考：日薬「禁煙運動啓発パネル」日薬ホームページよりダウンロード可能
- 喫煙者のみならず、喫煙者の家族等、受動喫煙者への影響も啓発しましょう。