

東京大学の研究グループが、禁煙による生涯の医療費と余命に与える影響を試算した。多くの人で、寿命が一―二年延び、医療費も車一台分ほど浮くという。それでも、あなたはたばこ縁を切ることができませんか。

試算をしたのは、厚生労働省の禁煙治療に関する研究班（主任研究者・中村正和大阪府立健康科学センター部長）の五十嵐中東大助教。二十歳から毎日一箱喫煙している人が、ある年齢から禁煙した場合、がんや脳卒中、心筋梗塞（こうそく）など、たばこで発症リスクが高くなる病気の生涯治療費と余命が、どう変わるかを見積もった。

若いほど効果大

例えば男性が三十歳で禁煙すると、余命が平均で二・三年延び、喫煙関連の病気の生涯医療費三百七十四万円が二百二十万円へと百五十四万円減る。この数字は五十歳前後で禁煙してもあまり変わらない。三十代、四十代ではもともとがんなどを発症する確率が小さく、病気になるやすい年齢に達するまでにかなりリスクが下がるためだ。高齢者になると禁煙効果はやや落ちる。六十歳で禁煙すると節約できる医療費は百十五万円。余命の延びは一年強だ。七十歳だとさらに下がる。女性の場合は、もともとがんや心筋梗塞などになる確率が男性より低く、禁煙効果も若干下が

あなたが今、禁煙したら？

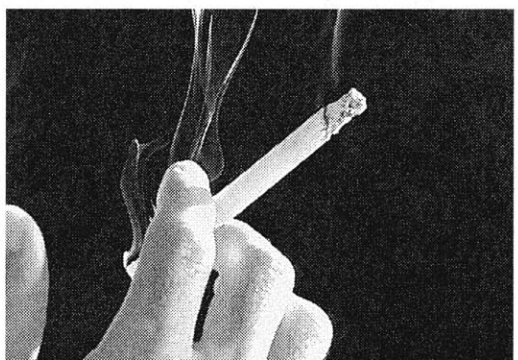
今たばこをやめたらどれだけ得か？

年齢(歳)	男性		女性	
	寿命の延び(年)	医療費節約(万円)	寿命の延び(年)	医療費節約(万円)
30	2.3	154	1.8	129
40	2.1	151	1.5	123
50	1.8	142	1.5	121
60	1.3	115	1.0	95
70	0.7	76	0.5	58

肝がん、心筋梗塞、脳卒中など十九の病気についてデータを調べ、病気の発症確率を男女・年齢別に算定。発症した場合の余命と死ぬまでの治療費を計算し、病気になる人が人も含めた全体の平均値を算定した。喫煙で発症リスクが高まることされる病気の、ほかにも慢性閉塞性肺疾患（COPD）や糖尿病など数多い。推計は日本人のデータがあるものだけに絞っており「実際の禁煙効果はもっと大きいだ

ろっ」（五十嵐助教）。
削減効果に異論
禁煙の医療費削減効果については異論も多い。国際医療福祉大学の池田俊也教授は「禁煙で余命が延びれば、喫煙関連以外の病気の医療費が増える」と指摘する。がんや脳卒中が減れば、認知症や神経難病が増え、介護や年金を含めた社会全体の費用はむしろ増えるという。研究者もいる。一方で同研究班の福田敬東京大学准教授は「禁煙で増える病気はない。寿命の延長によって必要になる一般的な費用を、禁煙の費用とみなすのは不適切」と反論する。禁煙を巡る経済論争はしばらく続く気配だが、たばこが体によくないことだけは間違いない。

医療費削減
1―2年
車1台分



たばこが体によくないことだけは間違いない

それでも吸いますか？

健

三十―五十歳で禁煙すると、生涯医療費の節約額は百二十万―百三十万円で、余命の延びは一年半から二年弱。六十代以上では余命の延びは一年未満で、節約できる治療費も百万円を切る。今回の試算の根拠となるのが、喫煙と病気の発症確率の関連を示す疫学データ。例えば肺がんは、喫煙年数が長いほど発症リスクが高くなる。国立がんセンターなどの研究によると、二十歳から喫煙している人が四十一―六十歳に肺がんになるリスクは、非喫煙者の三・九倍。六十一―八十歳では七・四倍にもなる。たばこをやめるとリスクは徐々に下がり、二十年経過すればたばこを吸ったことのない人と同等になる。肺がんのほか胃がん、