

**Citation:** Lindson N, Aveyard P, Hughes JR. Reduction versus abrupt cessation in smokers who want to quit. Cochrane Database of Systematic Reviews 2010, Issue 3. Art. No.: CD008033. DOI:  
**CRG名:** Tobacco Addiction

### [最新版\(英語版\)はこちら](#)

**英語版最終改訂年月:** 6 December 2009  
**Clib issue No.;** N/U: 2010 issue 3, New

**背景:** 標準的な禁煙法は予定日からいきなり断煙することである。しかし多くの喫煙者がこの方法で試みたが失敗をしてきている。完全に禁煙をする前に喫煙本数を減らす方法も一案である。この方法を試みる前に、断煙法と少なくとも同程度に効果的であるかどうかを確認しておくことが重要である。

**目的:** 1. 減煙(漸減)禁煙法と断煙法の成功率を比較すること  
2. 減煙の補助のために薬理的治療を用いた試験で使用された薬剤の有害事象を両試験間で比較すること

**検索戦略:** Cochrane Tobacco Addiction Group specialized register、MEDLINE、EMBASEおよびPsycInfoを、たばこ依存症の介入の試験を検索するために使用される用語と、タイトルに特に関連する用語を合わせて検索した。また重要な論文の参考文献の検索を行い、さらに現在進行中の試験の実施者に接触した。最終検索は2009年11月。

**選択基準:** 禁煙を希望する成人によるランダム化比較試験(RTC)を含めた。それらの試験は少なくとも以下の条件を満たしている。それは禁煙するまでに喫煙を漸減してゆく喫煙者と直ちに禁煙する(断煙)する喫煙者が含まれていることである。

**データ収集と分析:** 結果のアウトカム指標は少なくとも6か月の追跡期間後の禁煙率である。私たちは採用した試験をマンテルヘンツェルの固定効果モデルを用いて統合した。試験は2つの対立する分析方法に大別された: 薬物療法対非薬物療法、自己療法対行動療法。有害事象はナラティブに要約された。試験間に報告の程度や内容のばらつきが大きかったため、次章に関する量的な比較はできなかった

**主な結果:** 10の臨床試験が、本レビューの選択基準に合致し、そのメタアナリシスには3,760人の参加者が含まれた。3つの試験がその禁煙方法として薬物療法を取り入れていた。5つの試験が行動療法、4つが自己療法を採り入れ、残りの試験は行動療法群と自己療法群を含んでいた。減煙法、断煙法のいずれかがより優れた禁煙率を示すことはなかった。主要分析としてすべての試験を総合した場合 (RR 0.94, 95%CI 0.79~1.13) でも、薬物療法を用いた場合 (RR 0.87, 95%CI 0.65~1.22) も、使用しない場合 (RR 0.97, 95%CI 0.78~1.21) も、そして行動療法を含む場合 (RR 0.87, 95%CI 0.64~1.17) も、自己療法の場合も (RR 0.98, 95%CI 0.78~1.23) も同様であった。私たちは有害事象については介入方法間でその違いに関する結論は導き出せなかった。しかし最近の試験でニコチン置換療法(NRT)を禁煙前に使用しても有害事象は増加しないことが示唆されている。

**著者の結論:** 禁煙に先だってたばこ喫煙量を減らしてゆくこと(減煙法)と、減煙を伴わない断煙法とは似通った成功率を示した。従って患者はこれらのいずれの方法でも選択できることになる。減煙法は自己療法や行動療法と合わせて行うことができるであろうし、またNRTの事前投与を用いることも出来るであろう。禁煙前の減煙方法としてはどの方法が最も効果的であるか、どのタイプの喫煙者にどの方法が最も効果的かに関するさらなる研究は、将来の政策のため、また禁煙法の開発へのためにも必要である。

(翻訳 安達順一・監訳 森 亨, JCOHR)  
翻訳公開日: 10年7月1日

ご注意: この日本語訳は、臨床医、疫学研究者などによる翻訳のチェックを受けて公開していますが、訳語の間違いなどお気づきの点があれば、Minds事務局までご連絡ください。なお、コクラン・ライブラリは毎月、改定版が発行されます。Mindsでは最新版

Copyright(c) All rights reserved by Minds, Japan Council for Quality Health Care  
の日本語訳を掲載するよう努めておりますが、編集作業に伴うタイムラグが生じている場合もあります。ご利用には、最新版  
(英語版)の内容をご確認ください。