

禁煙に対する動機づけ面接の効果(150730)

講演会にて 5.2 倍成功率が上がる RCT が存在すると紹介されていた。禁煙の指導については半ば過剰な効果を強調しても許されるような風潮があるようにも感じるが気のせいだろうか……。スキルが必要な介入は、なかなか一般化が難しいと思う。いずれにしても、動機づけ面接はある程度トレーニングを受けないといけないだろう。

禁煙に対する動機づけ面接の効果を学生と一緒に抄読会。

●PECO

P: 200 smokers

E: motivational interviewing (n = 114)

C: anti-smoking advice (n = 86)

O: giving up the habit. (point prevalence abstinence was measured 6 and 12 months post intervention by personal testimony, confirmed by means of CO-oximetry (value < 6ppm).)

喫煙者に対して、動機づけ面接を行うと、通常の禁煙指導を行う場合と比較して、禁煙成功率が上昇するかどうかを検討した研究であることが分かる。

以下のように、動機づけ面接の方法については、かなりしっかりとしたトレーニングが行われていた。

The five GPs had been given specific training in MI techniques by means of role-playing and video recordings, in order to establish and combine the basic contents, both of the brief individual action (anti-smoking advice) and the MI action.

●妥当か

抄録中に、Randomised controlled trial.、The success rate was evaluated by intention to treatなどのキーワードが記載されている。

●結果

禁煙成功率は、動機づけ面接群で 18.4%、禁煙指導群で 3.4%であり、RBI は 5.2 倍であった。

喫煙をリスクと考えると、RRR、ARR、NNT は以下のように計算できる。

RRR: $1 - 81.6/96.6 = 15.5\%$

ARR: $96.6 - 81.6 = 15\%$

NNT: $100/15 = 6.7$ 7 人(6 ヶ月、12 ヶ月)

禁煙成功率は 5.2 倍に上昇するかもしれないが、喫煙者は 15.5%減少するともいえる。7 人に 1 人は禁煙に成功する(喫煙者が減少する)かもしれないが、7 人中 6 人は効果を認めないとも読める。

The measure of effectiveness of the treatment for giving up smoking after both 6 and 12 months, showed that the motivational interviewing action was 5.2 times higher than anti-smoking advice (18.4 % compared to 3.4%; 95% confidence interval = 1.63 to 17.13).

Table 2. Effectiveness of actions to give up smoking after 6 and 12 months.

	Advice <i>n</i> = 86	Motivational Interviewing <i>n</i> = 114	<i>P</i>	OR	95% CI	NNT
Abstinence after 6 months (%) ^a	3 (3.5)	21(18.4)	0.00	6.25	1.8-21.71	7
Abstinence after 12 months (%) ^a	3 (3.5)	21(18.4)	0.001	6.25	1.8-21.71	7

^aThe fact that identical abstinence figures were obtained at 6 and 12 months in both groups was purely coincidental. NNT = number needed to treat. OR = odds ratio.

(参考文献 1 より引用)

もちろん効果については、治療者の技術や施設の状況、国による違いなどもあると思う。動機づけ面接を臨床に取り入れていくことは賛成であるが、効果の程度については自分の診療のセッティングを考慮したうえで判断していけばいいと思う。5.2 倍も止められるのだから、高確率で止められるはずだなどと早合点してはいけないと思う。

参考文献

1. Soria R, Legido A, Escolano C, López Yeste A, Montoya J. A randomized controlled trial of motivational interviewing for smoking cessation. *Br J Gen Pract.* 2006 Oct;56(531):768–74. PubMed PMID: 17007707; PubMed Central PMCID: PMC1920717.