



今度こそ禁煙～禁煙外来で禁煙しませんか？



「長年吸ってきて肺は真っ黒だから今さら禁煙なんて無駄だ」と考えていませんか。いつから始めても遅いと言うことはありません。禁煙することでタバコ代が浮くこともあります(1日1箱吸う方で10年で100万円)、禁煙後20分で血圧や脈拍が下がり、12時間後に血中の一酸化炭素濃度が正常に、2週間～3ヶ月で心機能・肺機能が改善、1～9ヶ月で咳や息切れが改善し、5年で肺癌のリスクは喫煙者の半分になると言われています。

■タバコの害

タバコには、実にたくさんの害があります。様々な癌(主なものでは肺癌、喉頭癌、咽頭癌など)をはじめとして、動脈硬化(病気としては心筋梗塞、脳梗塞など)、COPD(以前の肺気腫と呼ばれたもの、慢性閉塞性肺疾患)、皮膚の老化、歯周病、胃十二指腸潰瘍などがあります。

受動喫煙も同じ疾患にかかる危険があり、お子さんの気管支喘息を誘発したり、成長に影響を及ぼします。タバコを吸わない配偶者が肺癌になるという例もあります。周りの大切な人たちにも影響が及ぶのです。

■なぜタバコはやめられないのか？

ニコチンは脳内のニコチン受容体にくっつくことによりドパミンなどの神経伝達物質がでて、喜びを得るのです。これがニコチン依存症の原因で、アルコールや麻薬と同じなのです。

やめられないのは本人の意志の弱さではありません。

2006年より禁煙治療に関して保険診療ができることになりました。保険診療で使用される薬はニコチンパッチと飲み薬があります。また保険診療を受けるにはある一定の条件が必要です。

当院でも平成20年6月17日より禁煙外来を開設いたしました。禁煙したいと思われる方は是非受診していただければと思います。私たちがあなたの禁煙をサポートいたします。

*完全予約制です

地域からの紹介状がある場合は“地域連携室”で予約をお取りできます。

ご希望があれば紹介状や他科依頼箋が無くても予約をお取りします。

- ・初診(初めて)の方は内科外来受付のクラークがパンフレットをお渡ししてから初回予約をお取りします。(来院当日の受診予約はお取りできない場合もあります)
- ・次回の予約は、診療後担当医師がお取りします。

| 曜日 | 担当医師 | 診察時間 |
|----|------|-------------|
| 月 | 牧野 | 14:45～15:45 |
| 木 | 松田 | 14:30～15:45 |

ご希望・ご不明点がございましたら

担当：大山、郡司 までお問合せください。