



Vol.165

病院ホームページは

<http://www.mhi.co.jp/kobe/hospital/>

かけはし

理念  
すべては患者様と  
地域社会のために

発行責任者 病院長 佐々木 順子



## 「禁煙外来の紹介 ～禁煙のススメと受動喫煙防止～」

2020年東京五輪・パラリンピックを控え国際オリンピック委員会と世界保健機関は「たばこのない五輪」を求めており、ロンドンやリオデジャネイロでは罰則を伴う防止策が導入されました。我が国でも厚労省は受動喫煙防止へ罰則付きの法制化をめざしており、飲食店の対応やコンビニ前の灰皿の問題など、ニュースにも取り上げられています。

平成14年には東京都千代田区で国内初の路上喫煙禁止条例が定められたのをきっかけに、歩きタバコの禁止区域が広がりました。近畿でも全ての県庁所在地が区域を限定した形で制定されました。昨年には、国立がん研究センターの解析で、タバコが喫煙者の健康を損ねるだけでなく周囲の人の肺がんの危険度を1.3倍高めることがわかりました。

では何故禁煙できないのでしょうか。その実態はニコチン依存症です。喫煙者は吸うと落ち着く、仕事に集中できるなどと言いますが、吸い終わって1時間もしないうちにまたイライラしたり、落ち着かなくなったりします。これは血液中のニコチンが減ったために現れるニコチン切れ症状です。禁断症状、離脱症状とも言います。禁断症状というと覚醒剤のイメージがあるのですが、禁煙できない人も同じです。現在では飲み薬で禁煙することができます。以前は貼り薬のみでしたが、飲み薬が使えるようになって、平均約7割の方が禁煙できるようになりました。医療費も心配になりますが、自己負担額はタバコを毎日1箱吸っている場合とほとんど変わりません（個人差あり）。それ以上にタバコの害で引き起こされる病気のためにかかる医療費の方がもっと高額になります。迷っている方、家族、知り合いの方にもぜひ禁煙を勧めて下さい。特に禁煙に成功された方はぜひ周りの人に勧めてもらって、タバコのない日本へと輪を広げたいと思います。禁煙外来ではその助けをさせていただきます。



副院長 兼 内科部長  
松本 健

### 禁煙外来

水曜日 10:30～（予約制）

お問い合わせ先

内科受付 078-672-2619(外線)  
22619(内線)

### お知らせ

5月1日（月）は休院日になります。

ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願い致します。

### スマイルルー

薬剤科  
廣島 悠介



昨年の10月に入職し、  
半年近く経ちました。  
一生懸命がんばりますので  
よろしくお願い致します。

