



2017世界禁煙デー応援イベント を開催しました

平成 29 年 5 月 31 日(水) 11:00~13:00、世界保健機関(WHO)の世界禁煙デーにあわせて、当院 1 階セブンイレブン横の廊下にて、「世界禁煙デー応援イベント」を開催しました。喫煙による人体への影響や禁煙の効果、電子タバコに関するパンフレットの配布やポスターの掲示、禁煙などタバコに関する相談を行いました。

当日は 15 名の方がお立ち寄りくださりまして、禁煙や電子タバコなどに関する相談をお受けいたしました。相談された方の中には禁煙外来の予約をされた方もおり、イベントを通じて禁煙推進向上の一助になれ、嬉しく思います。

禁煙は、手術を受ける患者にとって肺炎などの手術後合併症の危険を高め、手術創の治癒を遅らせる危険があります。禁煙は大切な手術前準備の第一歩であり、手術室看護師として安全な手術期管理とともに、禁煙推進に貢献できるように活動していきたいと思っております。(中央手術室 H 看護師)



禁煙イベントアンケート結果

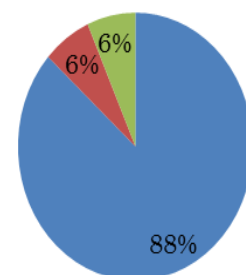


今回、アンケートの中で当院の敷地内禁煙について聞き取りを行いました。当院が敷地内禁煙であることは、88%と多くの方に周知されていることが分かりました。病院に限らず、公共施設でも禁煙とされる場が増えていることもあり、禁煙、分煙の意識が高まっていくことを期待します。

また、アンケート内での感想、意見では「ずっと駅や歩きタバコ、店、学校、職場、交際相手とのデート中に悩まされていた。」「夫が吸って困ります」など、第三者の喫煙についての相談が寄せられていました。身近な方の為に禁煙をしたい方、また禁煙してほしい方がいましたら、禁煙内科外来までお気軽にご相談ください。(O 保健師)

当院は敷地内禁煙であることを
知っていますか？

■知っている ■知らない ■無回答



タバコによる肺の病気：“COPD”について



COPD という文字は恐らく、テレビで見たりポスターで見たり検診センターの壁に貼ってあったりするため、目にしたことがある方が多いのではないかと思います。でも、COPD がどんな病気なのかは、あまり詳しく知っている方は少ないと思います。

Chronic Obstructive Pulmonary Disease(慢性閉塞性肺疾患)の頭文字をとった名称です。タバコなどに含まれる有害物質の吸入によって肺に慢性的に炎症が起き、空気の流れ(気流)が制限される結果、呼吸困難などの症状がみられる病気です。**最大の原因はタバコ**です。喫煙者の15~20%にCOPDが発症し、COPD患者の90%は喫煙歴があります。中国で問題になっているPM2.5も原因として挙げられます。**慢性的に咳・痰がつづき、労作時に呼吸が苦しくなります。口をすぼめて呼吸をしたり、肺が過膨張して胸郭が前後に大きく膨れてきたりします。**進行すると、**体重減少**が認められます。ただし、このような典型的な症状は、重症になるまで出現しないことが多いです。つまり、**COPDの症状がでてきたときは既に肺がかなりダメージを受けている**ことを示しています。COPDの原因は何と言ってもタバコですし、治療は何と言っても禁煙です。(藤川主任医長)

豆講座

タバコQ&A

なぜタバコがそんなに体に良くないと
言われるのですか？

Q



A



タバコの危険物質は、ニコチン、タールだけじゃないのです。タバコの煙は、4000種類の化学物質が含まれています。その中には、何と200種類以上の有害物質が含まれ、発がん性物質は50種類以上にのぼります！有害物質のなかでも、よく知られているのは、ニコチン、タール、一酸化炭素です。そのほかにも、ペンキ除去剤に使われるアセトンや、アリの駆除剤に含まれているヒ素、車のバッテリーに使われているカドミウムなど、体に大変有害な物質がタバコの煙に含まれています。こうした有害物質が、体の細胞を、特に血管の細胞を傷つけて、血管は老化し弱ってしまうのです。(藤川主任医長)

編)集)後)記)

6月15日の北海道新聞の記事を紹介します。2015年都道府県別年齢調整死亡率が発表されました。北海道は、肺がんの死亡率が男女ともに都道府県別で1位となりました。北海道の喫煙率の高さが影響しているのでは？と分析されています。医療職として、禁煙を勧めていく必要性を改めて感じますね。禁煙啓発イベントやもくもくタイムス、禁煙外来などでより一層皆さんの禁煙を支援していきたいです。(S 保健師)