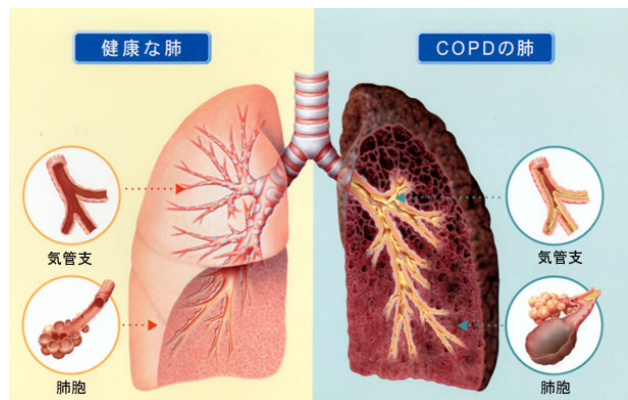




## 喫煙は「ニコチン依存症」という病気です。適切な治療を受けましょう！

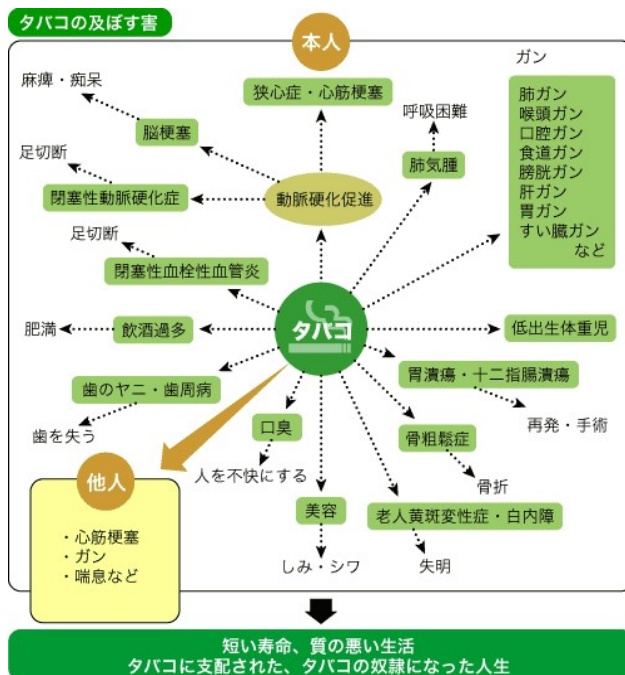
「たばこが体に悪い」というのは喫煙している人もしていない人も認識されていると思います。しかし禁煙するのはとても大変です。これはたばこが麻薬などと同じように依存症であるからです。今回は少しでも禁煙を考えていただけるよう喫煙に伴う疾患についてお話しします。

たばこは当然のことながら肺疾患の原因になります。慢性閉塞性肺疾患・COPD(シー・オー・ピー・ディー)という言葉をご存知でしょうか？(禁煙薬のTV 宣伝でも紹介されています)喫煙を長く続けていると肺の機能が低下し、息切れや痰・咳などが続き、やがて日常生活も困難になってきます。息切れや咳があっても年齢やかぜのせいと考えてしまい発見が遅れてしまいがちです。健診で行う肺機能検査や肺の画像検査(胸部レントゲンや胸部CT検査)がCOPDの早期発見に有用です。肺機能検査はどのくらい息を大きく吸い込むことができるのか、どのくらい勢いよく息を吐き出すことができるのかを調べる検査です。COPDの予防や治療で一番大切なことは禁煙です。



たばこががんには強い関連があります。まず思い浮かべるのは肺がんですが、胃がん・喉頭がん・食道がん・膀胱がん・子宮がんなど多くのがんの発生率を上げると言われています。禁煙をすれば発癌リスクを徐々に減らすことができます。

特定健診の質問項目に喫煙の有無があります。これはたばこが動脈硬化をより進行させるためです。このため喫煙者は心筋梗塞や脳卒中のリスクが2~4倍高いと言われています。逆に禁煙するだけで動脈硬化性疾患による死亡の危険性を50~60%の減らすことができると言われています。



たばこは喫煙者だけでなく、受動喫煙といって回りにいる人にも強く影響を及ぼします。家族のことを考えベランダで喫煙する、換気扇の下で喫煙するといった方がありますが、煙は数メートルも飛散し、肺からは1時間以上も有害物質を放出しています。たばこを吸わない家族も吸っている人と同じようにたばこの害を受けてしまうのです。回りの人に影響を及ぼさずに喫煙することも至難の業といえるのです。

最初にたばこは依存症であるとお話しましたが、最近ではかなり効果のある薬が開発され、健康保険を使って禁煙ができるようになりました。禁煙外来を行っている医療機関も多くあります。喫煙はニコチン依存症という病気であると理解し治療されることをお勧めします。

### 臨時休診のお知らせ

11月19日(木)・12月17日(木)は臨時休診させていただきます。緊急連絡は代表電話にお願いします。

### \* お問い合わせ先 \*

太子道診療所・健康サポートセンター  
 電話 075-822-8246  
 FAX 075-822-2861

**\* 京都市の乳がん検診・子宮がん検診の無料クーポン券をお持ちの方は早めに受診しましょう。**