

3ヵ月間の禁煙外来で
禁煙成功率は約80% !!

「ニコチン依存症」を薬で治しましょう。禁煙外来では、1日喫煙本数×喫煙年数が200以上の方(35歳未満は条件なし)を対象に、12週間に5回通院して、医師・看護師の助言を受けてチャンピックス®を服用します。加熱式たばこも治療対象です。

服用したチャンピックス®は脳のニコチン受容体に結合して快感物質ドーパミンを放出し、たばこを吸った時と同じ気持ち良さを作り出すことで、身体的依存(禁断症状)を軽減します。あとは少し努力して心理的依存から抜け出すだけです。

禁煙外来の詳細は当院の「禁煙外来のご案内」、禁煙するメリットは「健康♪外来ニュースNo.2 禁煙のすすめ」をご覧ください。



医療法人 祥佑会

藤田胃腸科病院

〒569-0086 高槻市松原町17-36

TEL 072-671-5916

FAX 072-671-5919

健康♪外来

水曜日 14:00~17:00(要予約)

担当：中嶋

健康♪外来ニュース

“新型たばこ”は有害、禁煙グッズではない !!

日本人の喫煙率(2019)は男性28.8%、女性8.8%と減少傾向ですが、その陰で“新型たばこ”と呼ばれる加熱式たばこや電子たばこを吸う人が増えています。

加熱式たばこには、たばこ葉スティックを加熱して出る蒸気を吸う高温加熱式と、たばこ葉カプセルを通過させた蒸気を吸う低温加熱式があります。日本禁煙学会(2019)からは、加熱式たばこは、直接燃やさないので一酸化炭素やニコトリアミンの発生は少ないが、ニコチンやタールは紙巻たばこと同程度含まれ、匂いは少ないが刺激性ミストによる周囲への影響は紙巻たばこと大差なく、溶媒のプロピレングリコールやグリセロールは紙巻たばこの数倍～数100倍吸引されると報告されています。加熱式たばこはニコチンを含むので、未成年者の使用禁止、喫煙場所の制限など、紙巻たばこと同等に扱われます。

電子たばこ(ベイプ)は、香料などを含むリキッドを加熱して出る蒸気を吸うもの。国内市販品はニコチンを含まないが、輸入品にはニコチンや薬物を含むものがあります。

“新型たばこ”は、紙巻たばこより安全と謳われて流行していますが、①燃やして出る有害物質は少ないが、香料などの添加物の吸入によって肺炎・気管支炎その他の健康被害を引き起こす、②加熱式たばこ使用者の約70%は紙巻たばこも併用していて、禁煙手段にはならない、③手軽さから若者が安易に使い始めて、喫煙行動を助長している、など危険がいっぱい、宣伝に惑わされないでください！

喫煙習慣は「ニコチン依存症」という病気です！

たばこ(ニコチン)はコカイン、酒、大麻よりも依存症に陥りやすいことが知られています。依存には身体的依存(吸わないと手が震え、イライラするなどの禁断症状がでる)と心理的依存(習慣で思わず吸ってしまう)があります。人から勧められると断れない性格の問題もあるでしょう。根性だけで禁煙するには限界があります。ぜひ禁煙外来へお越しください。