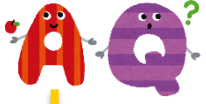


生活習慣病



たばこは本数を減らしただけではダメ？

たばこを吸うと、ニコチンが副腎を刺激して血圧を上げるホルモンが分泌されます。さらに交感神経も興奮させ、末梢血管が収縮するため血圧は上がります。こうした状態が続くと、動脈硬化が促進されます。また、ニコチンは降圧薬の働きも妨げてしまうため、薬も効きにくくなります。なかなか禁煙できないという場合は、禁煙外来などを利用するのも一つの方法です。

たばこは辞めたいけれど、体に悪いのはよく分かっているけど、家族にけむたがられる、周りの人は禁煙しているけど、吸う所がなくなってきた、居場所がない、どうやってやめればいいのか、きっかけが欲しい、



禁煙外来始めます

2月17日より当院でも保険診療として、禁煙治療が可能となります。喫煙習慣は、「ニコチン依存症」という病気と考えられています。

保険適用の条件

初回の診察で、次の4つの条件を確認します。これらの条件に**すべて当てはまれば**、健康保険を使って禁煙治療が受けられます。

1. **ただちに禁煙**しようとしている
2. ニコチン依存症のスクリーニングテストが**5点以上**
3. 35歳以上の者についてブリンクマン指数（1日の喫煙本数×喫煙年数）が**200以上**
4. 禁煙治療を受けることが**文書により同意**している事（受診時に直筆サインが必要です）

※**過去1年以内**に健康保険を使った禁煙外来を受診していない事

禁煙外来の金額

金額には、禁煙外来の診察代・処方箋代・処方薬代が含まれます
12週間（計5回）の診療費用の合計（目安）です

	3割負担	1割負担	自費（全額負担）
ニコチネルTTS（貼り薬）	約13,000円	約4,300円	約43,000円
チャンピックス（飲み薬）	約19,000円	約6,300円	約63,000円

禁煙は、自分ひとりではなかなか達成できません

病院のサポートを受けながら、禁煙を続けてみませんか？



院長ブログ～一語一笑（いちごいちえ）～

～風邪薬はなぜ効かない？～

毎年この時期になると、インフルエンザやノロといったウィルス性疾患が猛威を振ります。そのような中、“風邪と言われてお薬もらったけど、咳が止まらない！” “鼻水や喉がずっとすっきりしない！”と病院を何度も受診されたことがある方も決して少なくないのではないのでしょうか。もしかして違う病気なのでは？ 薬が合っていないのでは？と思われるのも無理はないと思います。ただ誤解を恐れずに言えば、“風邪薬とは、その程度のもの”なのです。

例えば解熱剤、抗炎症剤として多用されるサリチル酸（アスピリン）など NSAIDs と呼ばれるものは、服用量が増えるほど胃腸障害や咳など呼吸器症状の悪化、心臓病のリスク上昇がみられ、インフルエンザなどウィルス性疾患へ安易に使用すると脳症などのリスクも増えます。また多くの総合感冒薬に含まれるアセトアミノフェンという薬剤は、多量に服用したりアルコールと一緒に服用すると命に関わるような肝機能障害を起こします。咳止め薬に関しては、喀痰を排泄するという生理的な防御機能を無理に抑えるため、却って風邪の後咳が遅延する要因にさえなっています。

つまり、発熱や咳嗽、鼻水といった症状を本当に止めようとするとう副作用が強くなるため、安全な用量を安全な期間でしか投与できず十分な効果が得られません。そもそもそれら症状が生理的防御機能の一つであるため、無理に抑えようとするにより却って病状が遷延する事態になってしまうのです。

そのように判ってはいても、現実問題として、“薬は飲まずに家で寝てなさい”とは言えないのですが・・・。



院長 平澤元朗先生

お知らせ

【臨時休診のお知らせ】

2/19（土）午後
休診となります
※19日午前の最終受付は
11:30までとなります

ご迷惑をおかけしますが
よろしくおねがいたします