



禁煙支援ニュース

Stop Smoking!

～喫煙嗜好はニコチン依存症である！～

毎月  今度の22日から、はじめませんか？
毎月22日は「禁煙の日」

禁煙しようとしてもなかなかできないのは、ニコチン依存と心理的依存という2つの原因があるからです。嗜好や趣味の問題ではなく、喫煙病（ニコチン依存症＋喫煙関連疾患）という病気なのです。喫煙の害と禁煙の大切さを知って、今度の22日から禁煙始めませんか？



10月1日よりたばこが値上げされました。

2010年10月からたばこのほとんどの銘柄で1箱110円以上の値上げが実施されました。大幅値上げの狙いは、税収の確保よりも、がんや心筋梗塞などの様々な喫煙関連疾患の治療に費やされる膨大な医療費を抑制するためです。値上げに伴い、禁煙挑戦者が急増しており、禁煙外来に喫煙者が殺到するという事態が起きています。禁煙補助薬も、昨年末までは全国的に品薄状態に陥りました。



《当院の平成22年度禁煙外来月別受診者数》

診療月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
人数(名)	37	25	44	50	59	67	65	56

6月あたりから禁煙外来の受診者が徐々に増加し、値上げを目前に控えた9月には67名もの受診者がいました。禁煙外来は12週間に5回受診していただく外来で、12週間を過ぎると保険適用外になります。自己負担分の費用は処方薬によって若干異なりますが、12,000円から18,000円程度です。やめたくてもやめられない方、是非受診してみませんか？

☆お問い合わせは禁煙外来（呼吸器内科:2F）へ☆
火曜日もしくは金曜日 午後2時～午後5時
「完全予約制」



禁煙推進委員会では、禁煙パトロールを行い、これからもより安全で快適な環境を提供していくため、禁煙活動を推進していきたいと考えています。みなさまのご理解、ご協力を今後ともよろしくお願いいたします。



タバコに関するアンケート調査結果

5月の春季健康診断の際に行われた「タバコに関するアンケート調査」は、今年度で5年目を迎えました。2010年の喫煙率は前年度と比べて-0.7%下がり、11.0%でした。また日本看護協会の調査(2002)では、女性看護師の喫煙率は24.5%であったのに対し、9.8%(前年度比:-2.1%)と、禁煙に対する意識の高さがうかがえました。下記の表にはありませんが、喫煙者のうちたばこを吸うのをやめたいと思う人が前年度と比べて+2.2%増加し、56.5%でした。健康教育を担う立場である医療従事者としての自覚を持ち、自らの意思によって禁煙活動を推進していきたいですね。

このアンケートの結果をこれからの禁煙推進委員会の活動に生かしていきたいと考えておりますので、より一層のご協力をお願いいたします。

《喫煙率》 (2010年5月現在:本郷キャンパス/病院教職員・学生対象)

所属	全体(人)	喫煙(人)	喫煙率(%)	昨年比(%)
医師	963	112	11.6	+0.2
看護師	989	97	9.8	-2.1
技術員・事務員	556	80	14.4	+1.7
医学部生	440	40	9.0	-0.6
その他	402	368	9.1	-3.0
計	3,350	697	11.0	-0.7

※その他(大学教員、大学院生、研究員、栄養士、調理師、バイト、パートの方など)



受動喫煙防止への取り組み

他人のたばこの煙を周囲の人が吸い込む受動喫煙による死亡者数は、世界全体で毎年60万人に達するとの推計を世界保健機構(WHO)の研究チームが発表しました。そのうち16万5000人を5歳未満の子供が占めるそうです。また、国内でも受動喫煙が原因で肺がんや心臓病で死亡する成人は毎年6800人に上り、2009年の交通事故死4914人を大きく上回ります。

2010年4月1日から不特定多数の人が出入りする公共的施設の喫煙を規制する全国初の「受動喫煙防止条例」が神奈川県で施行されました。この動きを受けて兵庫県、京都府、静岡県等でも受動喫煙防止を目的とした独自の条例制定を検討しているようです。また、東京都でも平成16年に「東京都分煙化ガイドライン」が見直され、「東京都受動喫煙防止ガイドライン」に改定されました。受動喫煙防止に対する社会的意識が高まっていると言えるでしょう。



※文京区内全域は、公共の場における歩行喫煙およびポイ捨てが禁止されています。また「文京区安全・安心まちづくり条例」に基づき、**順天堂大学周辺(本郷2・3丁目、湯島1~4丁目(一部除く))**、春日駅・後楽園駅・水道橋駅・飯田橋駅の周辺地区は「路上喫煙禁止地区」(立ち止まっただけの喫煙も禁止)として、区長が指定する「重点地区」となっています。