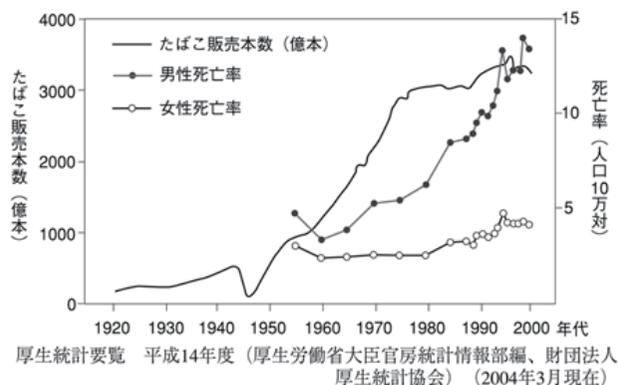


楽しく呼吸ニュース

No. 38

西淀病院・のぞと診療所で禁煙をすすめる「ATB（あかん、たばこ、ぼくめつ）」チームから、看護師や薬剤師の方などを講師に招いて、禁煙について勉強しました！

COPD（慢性閉塞性肺疾患）について



- COPDは、喫煙が大きな原因になっています。
- たばこの販売本数とCOPDによる男性の死亡率には強い相関関係があります。
- COPDを減らすために禁煙の輪を広げることが重要なことです。

受動喫煙で周りの人に影響が...

- タバコの有害物質は、喫煙者が吸う主流煙よりもまわりの人が吸う副流煙に多く含まれています。
- タバコを吸っていない妻が、夫の喫煙の受動喫煙で肺がんになるリスクは約倍になります。
- 換気扇の下で吸っていても、タバコの有害物質は部屋に漂います。



～開催日：12/9(金)のぞと、1/12(木)姫島、1/19(木)千北～

禁煙するには...

- タバコに含まれるニコチンはとても強い依存性があり、タバコをやめるのは難しいことです
- 禁煙をすすめるときは、相手を否定するのではなく、禁煙した人の体験談やメリットを紹介して、相手の意思を少しずつ禁煙に向けさせましょう。



ご家族や周囲に禁煙したいけどなかなかやめられないという人がいたら、病院の禁煙外来や禁煙教室をすすめてみてください！

次回のお知らせ

第40回 楽しく呼吸会

呼吸器疾患で苦しむ患者さん同士、日頃の病気の悩みを交流したり、勉強会などを開催しています。病気と向き合い、お互いが支え合っていくためにつくられた会です。ぜひ気楽にご参加くださいね。



テーマ：「薬について」
呼吸器疾患のお薬についてのお話を聞きます。

☆のぞと診療所 2月10日(金) 14:00～15:30

☆千北診療所 3月16日(木) 14:00～15:30

☆姫島診療所 3月17日(金) 14:30～16:00

あおぞら財団：(鎗山) TEL. 06-6475-8885 / 西淀川公害患者と家族の会：(上田) TEL. 06-6475-0790

独立行政法人環境再生保全機構「地域におけるCOPD対策推進事業 (NPO法人等との協働事業)」