

昭和伊南総合病院基本理念 **和顔愛語**



広報

ほほえみ

http://www.sihp.jp E-mail info@sihp.jp 〒399-4117 長野県駒ヶ根市赤穂3230番地 TEL0265-82-2121(代) FAX0265-82-2118

編集発行人/昭和伊南総合病院 広報委員会



禁煙しましょう



このような経験をお持ちの方いらっしゃいませんか？

「禁煙しようとがんばったけど、何度も失敗している」
 「禁煙すると、イライラしてしまい続かない」
 このような経験をお持ちの方いらっしゃいませんか？
 これは、皆さんの意志が弱いわけではありません。ニコチン依存症という病気かもしれません。

禁煙外来はじめました

当院では、7月より、予約制で禁煙治療を希望される方に、飲み薬などによる治療を行っています。
 この外来を禁煙外来と言います。また、以下の3つの条件を満たせば、保険適応となり治療が受けられます。

保険適応条件

〔1〕ニコチン依存症のスクリーニングテスト 5点以上

設問内容	はい 1点	いいえ 0点
① 自分が吸うつもりよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまっていましたか。		
② 禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありましたか。		
③ 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてほしくて、たまらなくなることがありましたか。		
④ 禁煙したり本数を減らしたときに、次のどれかがありましたか。(イライラ、神経質、落ち着かない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が速い、手のふるえ、食欲または体重増加)		
⑤ ④でうかがった症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか。		
⑥ 重い病気にかかったときに、タバコはよくないとわかっているのに吸うことがありましたか。		
⑦ タバコのために自分に健康問題が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか。		
⑧ タバコのために自分に精神的問題(注)が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか。		
⑨ 自分はタバコに依存していると感じることがありましたか。		
⑩ タバコが吸えないような仕事や付き合いを避けることが、何度かありましたか。		

注：禁煙や本数を減らしたときに出現する離脱症状(いわゆる禁断症状)でなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抑うつなどの症状が出現している状態

合計 点

〔2〕ブリンクマン指数 200以上

計算方法 … 1日の喫煙本数 × 喫煙年数 =

〔3〕直ちに禁煙することを希望し、禁煙治療プログラムについて説明を受け、文書により同意した者。

タバコがやめられない理由

タバコの煙を吸い、肺からニコチンが血液に入るとすぐに脳に達します。脳にはニコチンが入ると快感を生む物質を出します。この物質が無くなるともう一度タバコを吸いたい気持ちになります。このような状態を繰り返しているうちに中毒となり、イライラなどの禁断症状が出てしまいます。そのためタバコを吸ってしまい、やめられなくなります。このような状態をニコチン依存症といいます。

禁煙スケジュールと治療費

保険診療による禁煙治療は、12週間(約3ヶ月)にわたって計5回の診察を受けます。
 治療方法はニコチンを含まない飲み薬と、ニコチンを含む貼り薬があります。当院では禁煙成功率の高い飲み薬を主に勧めていますが、それぞれ長所・短所ありますので、どの方法で治療を行うかは医師とご相談ください。

治療費(保険診療 3割負担者) 5回の診療合わせて
 飲み薬…約19,000円 貼り薬…約12,500円

禁煙のメリット

1) 経済面

たとえば410円のタバコを1日1箱吸っている人は…

禁煙1ヶ月	約12,300円	家族で外食など
3ヶ月で	約37,000円	家族でドライブ
6ヶ月で	約74,000円	家族で温泉旅行など
1年で	約15万円	大型家電購入など

2) 健康面

心疾患、呼吸器疾患、脳血管疾患等様々な病気のリスクが低くなります。また、美容面にも効果有り、しわや肌の調子にも影響します。

3) 家族

タバコを吸わない人でも周囲にいる喫煙者の煙を吸い込むことで、病気になるリスクが高まることが報告されています。大切なご家族の健康を考えるなら禁煙しましょう。

受診を希望される方は、予約制ですので受付窓口にてご相談ください

科別診療担当医師一覧表

平成27年9月1日現在

●再来機受付、ブロック受付時間は8:00～となります

		月	火	水	木	金			月	火	水	木	金
内科 ・消化器内科の当日受付 ・その他の内科は要予約 受付時間 9時～11時	1診	山崎(循)	山崎(循)	山崎(循)	山崎(循)	富永	整形外科 受付～10時30分 基本要予約/初診紹介のみ	信大	宮澤	信大(骨粗鬆症) (関節リウマチ)	休診	宮澤	
	2診	富永	一瀬	仁科(血液)*1	一瀬	内田(血液)	形成外科(午後) 受付～14時30分	休診	休診	休診	柳沢*1	休診	
	3診	藤原(消化器)	梶山(消化器)	堀内(消化器)	梶山(消化器)	堀内(消化器)	脳神経外科 受付～11時00分	岡田	村岡	休診 手術日	石坂	村岡	
	4診	小原(血液)	内田(血液)	長崎	中村(神経内科)*1	関戸(内分泌)*1	皮膚科 受付～11時00分	山崎(予約のみ) 信大	山崎	山崎	山崎	山崎	
	5診	長崎	カンノ 神應(腎)*1	橋本(腎)*1	小原(血液)	田中(肝)*1	泌尿器科 (要予約) 受付～11時00分	高	高	高	信大	高	
	6診	小池(循) (月1回)*4	伊藤 (午後) (要予約)			伊藤	産婦人科	休診	休診	休診	休診	休診	
小児科 ・受付時間～11時	1診	川崎*1 (要予約)		松浦*1 (要予約)	中山*1 (要予約) (第2休診)	稲葉*1 (要予約)	眼科 受付～11時00分	時光*1	清水*1	清水*1	清水*1	清水*1	
	2診	内藤	内藤	内藤	内藤	内藤	耳鼻科(午後) 受付～11時00分	休診	信大	休診	休診	信大	
外科 ・受付時間 9時～11時 ・火曜13時30分外来	1診	阿藤(乳腺) (呼吸器)	吉村(消化器) (一般)	阿藤(乳腺) (一般)	奥村(消化器) (一般)	血管外科 (信大) (要予約)	ペインクリニック 受付～11時00分	休診	休診	休診	大房 (要予約) (初診紹介)	休診	
	2診	唐澤(消化器) (一般)	森川(乳腺) (呼吸器)	森川(乳腺) (呼吸器)	森川(乳腺) (呼吸器)	唐澤(消化器) (一般)	リハビリ科 (要予約) 受付～11時00分	山口	山口 (午後)	山口 (午前)	山口 (装具診)	休診	
	3診	織井(消化器) (一般)	北原(消化器) (一般)		北原(消化器) (一般)	織井(消化器) (一般)	歯科 ※完全予約制	福沢 大学*2	福沢 (14:30まで)	福沢	福沢	安田*3 第2・4は休診 ※福沢手術日	

[非常勤派遣医師] *1 信州大学医学部 *2 松本歯科大学病院 *3 開田高原歯科診療所 *4 甲府共立病院

※再診は全科予約制 (予約に関するお問い合わせは14:00～17:00にブロック受付へお願いいたします)

病院ホームページ <http://www.sihp.jp/> 電話 0265-82-2121 休診、診療時間は院内掲示板、病院ホームページまたは電話でご確認ください。

第8回 ほほえみ祭開催のお知らせ

とき／平成27年10月17日(土) 午前10時～午後2時
ところ／昭和伊南総合病院

ヘリポート見学・救急車展示・緑日コーナー・豚汁サービス
ダンス・演奏会・バザー・講演会・手術室公開、健康チェック
などお楽しみください。

ご家族・ご近所お誘いあわせのうえお越しください。
職員一同、お待ちしております。

*当日の内容は変更になることがあります。

【ほほえみ祭についてのお問い合わせ】経営企画室 内線2616

ほほえみ祭 医療川柳募集のお願い

今年も病院祭開催に合わせて医療川柳を大募集します。
各賞の発表及び表彰式は病院祭当日に行います。専用の応募
紙に記入の上、病院正面受付、市立図書館、市内各公民館
にある投句箱へご応募ください。専用の応募用紙は当
院正面玄関にあります。

なお、病院ホームページ・FAX からも応募できます。
病院や医療について日頃感じていることを川柳に託して
ませんか?
締切／9月30日(水)

リハビリ訓練時の 受付手順が変わります。

10月1日よりリハビリテーション科外来
が地下1階へ移転となります。それに伴いリ
ハビリ訓練前の問診受付が、全科において
リハビリテーション科外来に統一されます
ので、リハビリ訓練を受ける外来患者様の
受付手順が次のとおり変更となります。

【リハビリ訓練受診時の受付手順】※全科共通

再来機

ブロック受付

地下1階リハビリテーション科外来

リハビリテーション技術科(訓練室)

なお、ご不明な点などございましたらブロック
受付にてお尋ねください。