

人気の病院&クリニックをご紹介！

【盛岡市】

医療法人 千藤了会 久保田医院

呼吸器科

アレルギー科

消化器科

小児科

アンチエイジング
ドック

☎019-646-9090

タバコが「美」と「健康」を遠ざける！
ニコチン補充療法で守ろう、自分のカラダ

禁煙は、よほど意志が強くないと難しいかもしれません。「タバコが体によくないのはわかってる」「タバコはやめたい、でもやめられない」「禁煙はできないけれど、健康が気になる」と悩む喫煙者も増えているようです。喫煙が女性にもたらすさまざまな障害、さらに最新禁煙療法をご紹介します。

タバコは百害あって一利なし

タバコと癌との因果関係で言うと、女性も男性と同様に多くの臓器の癌発生と関係はしていますが、女性の場合は子宮ガンとの関連も心配されています。非喫煙者との子宮ガンの死亡確率を比較すると、約1.6倍も高くなる事が明らかになっています。WHO（世界保健機関）は「将来4人のうち1人は受動喫煙も含めてタバコが原因で死亡する」と警告しています。世界的に見れば喫煙率は減っているようですが、日本人女性の喫煙率は増加の一途。この背景には、女性の社会進出があると考えられ、仕事のストレスなどさまざまな要因から喫煙者が増加したという見方もあります。

人が吸ったタバコの煙を吸われる「受動喫煙」も合わせれば、癌の発生率や健康障害の被害はさらに増加します。妊娠中の喫煙は血管が細くなってしまつので、胎児に十分な栄養や酸素が届かなくなるため未熟児誕生の原因にもつながりますし、乳幼児突然死の原因の40%は受動喫煙によるものといわれています。

また、喫煙はホルモンの分泌を抑え、一服するたびに毛細血管の血流が途絶えたり、流れが悪くなるために肌が荒れ、しみ、しわが増えて吹き出物が出やすくなるのです。喫煙は美肌を保つには不可欠なビタミンCを破壊する事なども確認されています。タバコは美容の大敵なのです！

喫煙を「病気」と考え、病院で「治療」を受けましょう

喫煙の理由には、「ニコチン中毒による身体的中毒」と、依存性が強い「精神的依存」が挙げられます。喫煙を悪しき習慣ではなく、一種の病気と考え治療していくのが今回ご紹介する「ニコチン補充療法」です。ニコチンへの強い欲求を、ニコチンガムやパッチを用いて少量の安定したニコチン



Doctor Profile

医療法人 千藤了会 久保田医院 院長
くぼた こうき
久保田 公宜 先生

盛岡市出身。昭和63年岩手医科大学内科学第3講座大学院卒業。「健康な人の更なる健康」、「生活の質の向上」を目標としたプラスの医療、「アンチエイジング」の普及に尽力している。

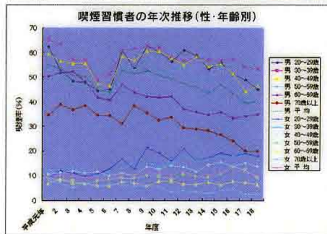
診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	✓
14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	✓



●盛岡市大館町26-3
●日・祝
●<http://www.kubota-clinic.jp/>



3年前に東北初となる、抗加齢医学、アンチエイジングドックを導入。



ンを投与することで緩和し、徐々に禁煙していくという方法です。これらには、タバコ製品にみられる発癌性の高いタールなどの化学物質は全く含まれていません。一般の薬局でも購入が可能です。口寂しさを解消する方法の指導やカウンセリングを行う病院での処方がある禁煙への近道といえるでしょう。

「精神的依存」による喫煙は仕事のストレスなどが原因に考えられますが、体に悪影響を及ぼすタバコではなく、趣味を持つなど自分なりのリフレッシュ方法を見つけてみてはいかがでしょうか。禁煙には本人の強い意志も必要ですが、病気がなったら薬を飲むように、喫煙も病気のひとつと考え、病院でニコチン補充療法を受け、禁煙成功を目指しましょう。

