



石井病院

じんけいクリニック

Now Vol.123

- Since 2008

JINKEIKAI NEWSPAPER

発行：2018.6

石井病院 5月31日は世界禁煙デー ～タバコと心臓病の関係は？～

5月31日は、世界保健機構（WHO）が禁煙を推進するために制定した「世界禁煙デー」です。また、日本では1992年（平成4年）より、**5月31日から6月6日までの1週間を禁煙週間**と定めています。

世界保健機構（WHO）は、今年の世界禁煙デー標語を「**タバコと心臓病**」と発表しました。

心血管疾患は世界における最大の死因であり、喫煙および受動喫煙は心血管死の主要な原因の一つです。

タバコの煙に含まれるニコチンは、中枢神経にはたらきかけて血管の収縮、血圧の上昇、心拍数の増加をもたらします。また、一酸化炭素は、血液中の酸素の運搬を妨げます。こうして血管が詰まりやすくなり、動脈硬化が促進されて、脳卒中や心筋梗塞の原因となります。

タバコを吸うことで、心筋梗塞を発症するリスクは、男性が約4倍、女性が約3倍高くなります。また、脳卒中で死亡するリスクは、男性が約2倍、女性が約3倍高くなります。さらに、タバコの本数が多い人ほど、脳卒中や心筋梗塞で死亡するリスクが高くなることがわかっています。

やはり、健康で長生きするためには「禁煙」が第一です。脳卒中や心筋梗塞などの循環器疾患では、禁煙による効果は比較的早く現れます。例えば、肺がんのリスクを半分にするためには10～15年禁煙してようやく成果があると言われてしていますが、循環器疾患では禁煙して2年くらいで心筋梗塞の発症危険度は喫煙者の半分になり、5年たつと吸わない人とほぼ同じくらいまで減少します。

しかし、禁煙したほうが良いと分かっているにもかかわらず喫煙を止められない方も多く、厚生労働省の調査によると、現在習慣的に喫煙している人のうち、3人に1人が「タバコをやめたい」と考え、「本数を減らしたい」を含めると6割を超えています。ところが、タバコを吸う人の割合は、ここ数年変わっていません。つまり、タバコをやめたいとは思っていても、禁煙に成功している人は多くないということです。

やめられない喫煙は「ニコチン依存症」という「病気」です。当院では、「ニコチン依存症」と診断された患者さまを対象に、健康保険等を使って治療を行う「**禁煙外来**」を開設しています。

※ 治療を行うには一定の条件があります。

禁煙外来では、医師が個々の症状に合わせて禁煙をサポートします。ニコチン代替療法や飲み薬を用いた治療を行い、1人で禁煙するよりも成功率が高くなるといわれています。

禁煙治療は12週間かけて、5回の受診が基本です。費用は約13,000～20,000円程度（自己負担3割の方）となります。

自分だけではなかなか禁煙できない方、ただちに禁煙したいと思っている方はぜひお気軽に受診してください。

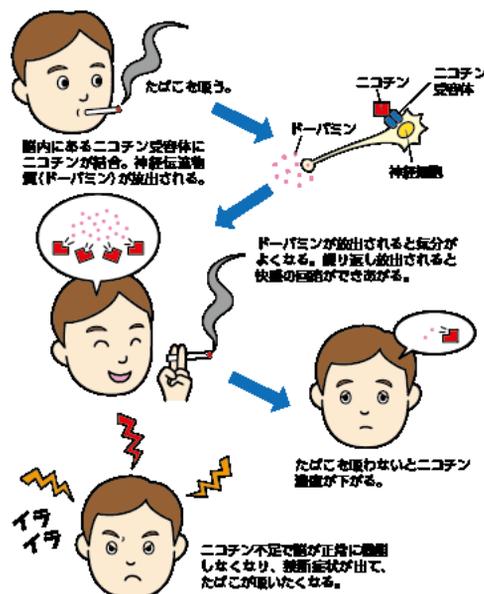
石井病院 禁煙専門外来（予約優先：☎ 078-918-1655）

毎週 月曜日 16:00～17:00 担当医 小原 一郎

その他、小原医師の外来診察日にて受診いただけます。
お電話または受付窓口にてご相談ください。



ニコチン依存症のメカニズム



今年5月に日本臨床工学技士会、6月に日本透析医学会があり、参加及び発表の機会いただきました。

今回学会発表する内容として、**皮膚灌流圧測定(SPP)**という検査を題材としました。

検査内容として、足の裏にセンサーをはり、その上から血圧計を巻き測定します。

測定時間は片足5分の合計10分程度で終わり、血圧計で足を圧迫するので圧迫感はあると思いますが、痛みに関しては、患者様と確認しながら行いますので安心して検査いただけます。

測定後結果を確認し、足の血液の循環が悪くないか(下肢虚血)を調べ評価し、看護師が行っているフットケアと協力し、患者様のベストな足の状態を維持し元気に来院していただけるよう、細心の注意を払いながらケアを行っています。

発表演題として、「下肢不随運動患者に対するSPP測定の有効性」と「当院のSPP検査の測定方法及び簡易ファイル変換方法について」の二演題を発表させていただきます。SPP検査の時に足が自分の意志とは無関係に動く(下肢不随運動)患者様の検査誤差と、以前の方法及び現在の方法及び測定手順の違いとを全国的に知ってもらい、正確で簡便に足の状態を知る指標の一つとして役立て、全国の患者様の足のケアにつなげていただきたく発表させていただきます。

今回の発表が、患者様のケアに生かせるよう、これからも日々研鑽し努力し続け頑張りたいと思います。



臨床工学技士 技士長

はら しんいちろう
原 真一郎



① 足の裏にセンサーを貼ります



② 血圧計を巻き、測定を行います



< 皮膚灌流圧測定 (ひふかんりゅうあつそくてい) (SPP : skin perfusion pressure) について >

皮膚灌流圧測定 (SPP測定) とは、毛細血管に血流がどの程度流れているかを調べる検査です。

末梢閉塞性動脈疾患で安静時疼痛や、潰瘍、壊死がおこる可能性を事前に確認するのに有用な検査の一つです。糖尿病の患者様は血管障害により神経障害や感染症になりやすく、末期腎不全患者様ではカルシウム・リン代謝の影響により血管石灰化が起こりやすくなります。

血管が障害される事により、足の安静時の痛みや、傷が治りにくく、潰瘍や壊死に繋がります。

SPPは重症下肢虚血 (CLI)、下肢閉塞性動脈硬化症(ASO)のスクリーニングの検査を中心に発展してきましたが、最近では、糖尿病及び末期腎不全症例に多く見られる血管石灰化の影響を受けにくい検査として運用拡大が期待されています。

■ 医療連携相談室

TEL 078-918-1512 FAX 078-918-1725
平日 9:00 ~ 12:00 14:00 ~ 17:00
土曜 9:00 ~ 12:00
担当 酒見 古門 上野

編集・発行

医療法人社団 仁恵会 石井病院
〒673-0881 明石市天文町1-5-11
TEL 078-918-1655 FAX 078-918-1657
<http://jinkeikai-group.or.jp/ishii/>