

岐阜環境医学研究所・座禅洞診療所
呼吸器疾患・止煙相談
診察日：毎週 木曜・金曜
時間：9:00~12:00、13:00~17:00

〒502-0017 岐阜市長良雄総878-16
IP Tel:050-5201-5567
FAX:058-296-3903
E-mail:zazendoh@ccn.aitai.ne.jp
http://www42.tok2.com/home/zazendoh/

第37号 2007.3.1
毎月1回発行 座禅洞診療所 松井英介

座禅洞だより

× たばこシリーズ

- わかっちゃいるけど、やめられない - (31)
受動喫煙を考える - ち -

埼玉県の中学校の先生・佐々木克仁さんは、つぎのように話しています。

私はずっと禁煙教育に携わってきて、つくづく考えるのは、今の国の政府・文部科学省は、子どもたちの健康のことを本当に考えているのかということです。

「健康21」では、国を挙げて健康問題を考えようと、嗜好問題もからめて薬物乱用教育をしっかりと行うようにと言っている。タバコのこと、アルコールのことを学校で教えよと、新学習指導要領も小学校の段階から触れられるようになり、3～4年生からタバコや薬物について学習できるようになりました。

しかし、子どもたちの実態はどうでしょうか。一例を挙げてみましょう。

どこの県も少年非行白書というものを毎年作ります。その中には、子どもたちの薬物乱用のゲイトウエイはタバコであると書かれています。補導されている子どもたちの人数をみても、その9割は喫煙と深夜徘徊です。喫煙で補導された人数は40万人、間もなく50万人を越えるのではとされています。(以下、次号)

参考文献：

- 1) 箕輪眞澄・仲野暢子：緊急シンポジウム「無煙タバコか健康か - タバコ規制条約を機会に、国内対策の前の！」日本禁煙推進医師歯科医師連盟、2004
- 2) 中村正和監修：タバコは全身病 卒煙編、少年写真新聞社、2004

タバコ de クイズ1

世界一、たくさんタバコを輸出している国は？

- ①中国 ②日本 ③アメリカ

(クイズ:参考文献から引用、答えは裏面)

～禁煙治療は保険診療の対象です～

ニコチン依存を断ち切って、健康な生活を!!



「花粉症と漢方」

于海

花粉症は簡単に言うと、季節の花粉によって起きた症状にまとめて付けられた病名です。西洋医学でいうI型のアレルギー症の一つです。I型のアレルギー症状には、ぜん息、じんましんもあります。主に体外から入った異物によって体内に大量のIgE抗体が発生して、呼吸器官、粘膜、皮膚などに集中してさまざまな症状が起こります。



[アンズ]種子を生薬キョウニン(杏仁)と言う。

漢方医学では、肺、鼻、皮膚の三者はつながっているものと考えられています。予防と治療はこれらに対して行います。外から入った異物を駆除する一方で、体内の過剰な反応を抑えて症状を和らげます。

牛蒡(ゴボウ)、薄荷(ハッカ)、桔梗(キキョウ)、杏仁(アンニン)などをよく食べると、「未病先防 - 病気になる前に先に予防すること」という効果があります。漢方薬の中では、白芷(ビヤクシ)、辛夷(シンイ)、防風(ポウフウ)、荊芥(ケイガイ)などがよく使われています。

花粉症はアレルギー症の中では軽い病気です。アレルギー症のきっかけは免疫機能のバランスの崩れです。この崩れの原因はいろいろあります。環境、食物、精神も例外ではなく、その原因になる可能性が十分あります。

「急則治標 - 急に出た症状に対して対症治療すること」

「緩則治本 - 慢性期あるいは発作が起こる前に根本的に治療すること」

という治療原則で、やはり常日頃から自分の体質をよく観察し、根本的に予防することが大切だと思います。

[参考写真(植物)] 帝京大学薬学部ホームページより
http://www2.odn.ne.jp/~had26900/index.htm

治療に必要なニコチンパッチは保険診療で処方されます。詳しくは、当院窓口までお問い合わせ下さい。



IP tel:050-5201-5567 / tel:058-296-4038 スモーカーライザー検査