

東松島市医師団リレートーク 第1回〈全19回〉

～医療現場のドクターからのメッセージ～



市報1月1日号でもお知らせしたとおり、東松島市の健康状態は黄色信号が点灯している状況です。この状況から東松島市は、第一にみなさんに健康診断を受けていただき、自身の健康状態を把握していただくこと、第二に健康に関する正しい知識を知っていただくことを目標として活動の再構築をはじめたところです。

その一環として、医療の最前線で活躍されている東松島市医師団の先生方からの情報提供やメッセージを連載でお送りすることになりました。

第1回目は、東松島市医師団団長である穴戸友明先生(ししど内科クリニック院長)です。



ししど内科クリニック

ししど ともあき
穴戸 友明院長

診察時間	月	火	水	木	金	土
8:30～12:00	○	○	○	△	○	○
15:00～18:00	○	○	○	△	○	○

■診療科 内科・リウマチ科・血液内科



東松島市赤井字南-223



穴戸先生からの
健康基礎クイズ

〇見過ごせない喫煙の状況

現在、日本の死亡原因のトップは悪性新生物(がん)、次に心疾患、肺炎、脳血管疾患と続きます。この状況を見ると、食事や運動などの生活習慣に着目しますが、看過できない問題として喫煙の状況があります。国際的な禁煙運動が広がる中、オリンピック開催国の中で罰則付きの「受動喫煙防止法」が存在していないのは日本だけ。そんな禁煙後進国の日本においても東松島市は喫煙率が非常に高い状況です。その割合は37.8%と宮城県内でワースト2位。そして宮城県は、全都道府県の中でワースト9位(注2)。つまり、東松島市は全国市町村の中でも上位の喫煙率であると言えるでしょう。

〇たばこ疾病とリスクとの関係

ご存知の方も多いと思いますが、前述した死亡原因と喫煙は深い関係があります。喫煙は肺がんを連想させますが、実は肝臓がんや胃がん、大腸がんなど、すべてのがんの原因と密接な関係があるほか、脳卒中や喘息などの呼吸器疾患、心筋梗塞などにもつながっています。タバコの煙にはヒ素、カドミウム、トルエンを含む60種の発がん性物質が確認されています(注3)。さらに妊婦の方の早産や低出生体重児、乳幼児突然死症候群などのリスクにもなっているため、妊婦さん本人だけでなく、ご家族などの周りの方への配慮も必要になります。お子さんやお孫さんへの影響を考え、副流煙を避けるために家の外で喫煙する方もいらっしゃると思いますが、実は、検査をしてみると赤ちゃんのおしっこからニコチンなどが検出されます。衣服に付いた有害物質を吸収してし

まっています。

〇クリニックについて

当クリニックでは、「めざせ治療いらすま」理念に掲げています。生活習慣病やメタボリックシンドロームは日常生活を見直すことで防げますし、がんも早期発見できれば予防も治療も可能です。ですから当クリニックでは、検査の苦痛が少ない経鼻内視鏡や、カラードップラー付きの超音波断層装置(エコー)、デジタルX線撮影装置、心肺機能検査装置など最新の検査機器を備えています。また、待合室はストレスを感じないようにゆったりとしたスペースを確保し、診察室も3室備えることで待ち時間を少なくし、さらにプライバシーの配慮をしています。

今回テーマにした喫煙ですが、当クリニックでは「禁煙外来」も行っていきます。おおよそ2週間の投薬を用いた治療を行い、無理なくタバコを止めることができますので、気になる方は、まずご相談ください。

「質問受付欄」

本コーナーでは、みなさまの知りたい医療に関する情報を募集します。例えば、血圧が高いと健康によくない理由を教えてください等、関心のある分野で結構です。いただいた質問は、専門の先生が登場する回に誌面で紹介し、回答します。「健康基礎クイズ」の答えと先生への質問を記入のうえ、はがき、ファックス、電子メールにて左記までお願いします。

■住所 東松島市矢本字上河戸36-1
東松島市保健福祉部健康推進課宛
☎ 02-11244
✉ kenko@city.higashimatsushima.
myyagi.jp

(注1)全国健康保険協会宮城支部平成26年度調べより (注2)厚生労働省の2013年国民生活基礎調査より
(注3)The Tabaco Atlas 2nd ed, American Cancer Society:34, 2006より