

# Q3

禁煙するにはどうしたらいいのでしょうか

**A** ニコチンには常習性があるので止められそうでは止められません。禁煙を成功させるために、まず強い動機が必要です。愛する家族のためと考えてはいかがでしょうか。お孫さんやお子さんのためとってください。たばこの煙は周りの方に影響します。配偶者の方が肺癌になったりお子さん、お孫さんの喘息の原因となったりします。またご家族に喫煙習慣自体を移してしまいます。ニコチンパッチやニコチンガム、最近では禁煙を促すお薬も登場しています。こうした薬を使うことも禁煙の助けになるかと思しますので、お近くの薬局やかかりつけの医師にご相談されてはいかがでしょうか。

愛する家族のために  
禁煙をお勧めします。

# Q2

COPDとはどんな病気ですか？

**A** COPD（シーオーピーディーと読みます）とは慢性閉塞性肺疾患の英語の省語です。わかりにくい名前ですが、要は喫煙が原因で肺胞や気管支が壊れ呼吸しづらくなる病気です。肺の空気の流れが悪くなるのでたくさん空気を吸いたい時（運動時など）、スムーズに空気を吸うことができず息切れを感じるようになります。進行がゆっくりのため気づかない内に病気が進行し、症状に気づいた時たばこを止めても肺の機能は元に戻りません。自覚症状が出るのは病気がずっと進行してからなのです。一日も早く禁煙することが大切です。



物価が上昇傾向になる中、たばこの増税がささやかれています。たばこの増税は本当に庶民を苦しめるのでしょうか？愛煙家という耳障りのいい言葉がありますがたばこには“百害あって一利なし”。喫煙者の方だけの健康だけでなく周りの方たちにも害を与えます。心地よい言葉に騙されてはいませんか。たばこの増税が、皆さんのたばこを止めるきっかけになれば、たばこの増税大歓迎です。

## 喫煙と肺

# Q1

喫煙と関係が深い病気は何ですか？

**A** 喫煙はさまざまな病気と関連があるといわれています。皆さんが良くご存知の肺癌や喉頭癌以外に口腔内の癌、食道癌、胃癌、膀胱癌、膵臓癌などさまざまな癌と関連があるといわれています。その他、循環器系では喫煙により

血管壁が障害を受け動脈硬化を起し冠動脈疾患、脳卒中、腹部大動脈瘤と関連があるといわれています。呼吸器系ではCOPD(肺気腫、慢性気管支炎)の原因となったり喘息のコントロールを不良にしたりします。

### 今月のドクター



岐阜市民病院呼吸器科副部長  
呼吸器病センター長

**吉田 勉氏**

(よしだ つとむ)

平成2年岐阜大学医学部卒業、平成6年大阪府立羽曳野病院（現大阪府立呼吸器アレルギーセンター）で呼吸器内科の研修を経て平成7年より岐阜市民病院呼吸器科勤務、現職、専門は、びまん性肺疾患、呼吸器疾患全般。日本呼吸器学会専門医、日本臨床腫瘍学会がん薬物療法専門医

Dr. からのアドバイス  
こんなとき  
どうしたらいい？

