



Dr. 佐々尾の健康カルテ

この数年よく見かけるようになった「加熱式タバコ」を御存知でしょうか？火を使わずに専用の電気器具を使って発生させた蒸気を吸うものです。

ただ、タバコを加工した製品であることは変わりがなく、もちろん法律で規制され、税金もかかっています。「アイコス」「グロー」や「プルームテック」などの銘柄で、コンビニでも気軽に入手できるようになり、また、煙が出ずにおいが少ないため、従来のタバコ全体との18%のシエアとされています。

この「加熱式タバコ」の安全性については、有害性がないことをPRするための販売者側からのものが多く、十分に判明していない部分もありましたが、最近では科学的な報告が増えるようになってきました。従来の紙巻きタバコと比較すると、ニコチンの量は同程度から80%程度とされます。ニコチン以外の発がん物質では、一酸化炭素は少なかつたものの、ホルムアルデヒドなどは70%強と依然高濃度です。です

から喫煙者自身には有害であることに変わりはありません。

次に受動喫煙ですが、煙が出ないために「受動喫煙はない」と思われていますが、実際はそうではないようです。

周囲に出る蒸気には、喫煙者と同濃度のニコチンが出ており、そのほかの有害成分も含まれています。蒸気が目に見えずにおいが少ないため、従来の紙巻きたばこと比較すると周囲の人は避けづらく、知らずに受動喫煙することになります。

禁煙に役立つという意見もありますが、「軽いタバコ」でも禁煙の役に立たないことが報告されており（本数が増え、深く吸入して、摂取量は変わらない）、それと同様に根拠の乏しいものです。少し異なりますが、電子タバコによる禁煙成功率は、通常よりも30%近く下げるとされます。

来月4月からは公共施設も多くが敷地内全面禁煙となり、加熱式タバコも含まれます。これを機に禁煙を希望される方は、当院では禁煙外来を行っておりますので当院に御相談ください。

(北海道立羽幌病院

副院長 佐々尾 航 (医師)

北海道立羽幌病院からのお知らせ【令和2年1月分外来診療体制】

		月	火	水	木	金	応援医師等（変更の場合あり）	受付時間
午前	予約優先	○	○	○		○	◎は消化器 佐々尾医師 ◎は呼吸器 ◎は禁煙外来 重原医師 (*10日・31日完全予約)	8:00~11:00
	予約制	○	○	○	○	○	(第4水曜日 22日は休診) ◎は循環器 (*第4水曜日 22日) 留萌市立病院 高橋医師	※完全予約制
	予約外	○ 注1	○ →	○ →	○ →	○ →		8:00~11:00
予約制		○					引野医師 (7日) 穴口医師 (17日・31日) 八島医師 (22日・30日)	※予約制
午後	予約制	○					阿部医師・佐々尾医師 (完全予約)	13:30~15:00
	予約優先					◎	◎は呼吸器 ◎は禁煙外来 重原医師 (*10日・31日完全予約)	13:30~15:00
	予約制	○	○		○		(6日・7日・9日・14日・16日・20日・ 21日・23日・27日・28日・30日)	13:30~15:00 (14日・28日は内科のみ)
	予約制		○		○		渡部医師 (14日・28日) 穴口医師 (16日・30日)	※完全予約制
小児科		○	○	○	○	○	旭川医大医師 (日程未定) *変更となる場合もあります	8:00~11:00 13:00~15:00
婦人科 (毎週火曜日)			○				金野医師	8:00~11:00 13:30~15:00
眼科 (毎週火曜日及び第1・3水曜日)		○	○	○			旭川医大より	※全日完全予約制 (第1・3水曜 予約検査のみ)
泌尿器科 (毎週木曜日)					○		札幌医大より	8:00~10:30
耳鼻咽喉科 (第3・5水曜日)				○			札幌医大より (15日・29日)	※完全予約制
皮膚科 (毎週金曜日)						○	札幌医大より	8:00~11:00
巡回診療	中央老人寿の家：第2木曜日 (9日) / 上築集会所：第2金曜日 (10日)							14:30~15:30 ※予約制
人間ドック・特定健診	人間ドック：毎週水・木曜日 / 特定健診：月～金曜日							※予約制

注1 外科と整形外科の外来は、午前は緊急性のある方のみ受付となり、定期受診や関節注射は午後となります。

注2 内科と外科・整形外科を同日受診希望の方は、同日の内科の午後外来を予約できます。

注3 札幌医大木村教授の総合診療は、希望された方全てに対応できない場合があります。

注4 令和2年は1月6日 (月) から診療開始となります。

☎お問い合わせ 北海道立羽幌病院 ☎ 62-6060