

禁煙外来を始めました!

平成28年4月から、以下の日程で禁煙外来を始めました。禁煙を考えている方はぜひご利用ください。

禁煙外来日： 毎週木曜日 午後1：30～(完全予約制)

【お問い合わせ先】 公立芽室病院医事係 ☎62-2811(内線114)

* 当院での治療の流れ *

当院では、以下のように個々の喫煙状況や症状に合わせて治療をサポートします。

① 治療前の問診・診察・・・禁煙治療のための条件の確認を行います

* 保険診療の対象となる4条件(全てに該当している方) *

- ①ニコチン依存度チェックが**5点以上**
- ②ブリンクマン指数が**200以上**(35歳以上の方)
⇒ ブリンクマン指数 = 1日の喫煙本数() × 喫煙年数()
※35歳未満の方についてはブリンクマン指数が200以上でない方も適応可能になりました。
- ③ただちに禁煙したいと思っている
- ④文書で禁煙に同意している



禁煙治療スタート

② 禁煙治療の流れ(一例)



【治療内容】

- * 診察
- * 呼気一酸化炭素濃度の測定
- * 禁煙実行、継続に向けてのアドバイス
- * 禁煙補助薬の処方

禁煙達成!!



ニコチン依存度チェック (5点以上でニコチン依存症と判定されます)

設 問 内 容	はい	いいえ
	1点	0点
問1. 自分が吸うつもりよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまいましたか。		
問2. 禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありましたか。		
問3. 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてほしくてたまらなくなることがありましたか。		
問4. 禁煙したり本数を減らしたときに、次のどれかがありましたか。(イライラ、神経質、落ちつかない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手のふるえ、食欲または体重増加)		
問5. 問4でうかがった症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか。		
問6. 重い病気にかかったときに、タバコはよくないとわかっているのに吸うことがありましたか。		
問7. タバコのために自分に健康問題が起きていたとわかっているのに、吸うことがありましたか。		
問8. タバコのために自分に精神的問題が起きていたとわかっているのに、吸うことがありましたか。		
問9. 自分はタバコに依存していると感じることがありましたか。		
問10. タバコが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度かありましたか。		
合 計		



公立芽室病院だより

No. 115

ホームページアドレス
<http://memuro.com>

または芽室町ホームページの
トップページからアクセスで
きます。



人工透析室



いぼ専門外来

午前(月～金)	受付時間	午前7時～45分
	診療時間	午前8時45分～12時30分
午後(金曜日のみ)	受付時間	午後12時30分～4時30分
	診療時間	午後4時30分～5時00分

7月22日から、子供の足の裏や指によく発症する「ゆづぜい(いぼ)」に対する冷凍凝固治療を外来で開始しました。

治療は液体窒素を専用のスプレー容器で吹きかけるだけで、痛みもほぼ感じずに15秒程度で終了します。毎日午前中の通常外来に加え金曜日の午後4時30分から診療します。

(注・水いぼは治療対象ではありません。)

・金曜日午後の通常外科外来診察は行っておりませんのでご注意ください。

外科外来よりお知らせ
「いぼを冷凍凝固治療で治します」

めむろ☆育児サークル「はぐ Hug」のご案内

- 妊娠中の方、子育て中の方、そのご家族などどなたでも参加OK
- 助産師・保育士も毎回参加しています。妊娠中から出産後の疑問、不安なこと気軽に何でもきくことができます。

- 場 所 公立芽室病院 3階研修室
- 日 時 毎月第1・第3水曜日(10時30分～11時30分)
- 参加費 100円



予定しているテーマ

8月17日(水) トイレトレーニング	10月5日(水) ママカフェ「お産の話」
9月7日(水) ママカフェ「タッチケア」	10月19日(水) 子育ていろいろ悩み相談
9月21日(水) おっぱいの話	11月2日(水) おやつの話