

今すぐ
禁煙をしましょう！

一般論

喫煙による健康被害

歯周病

脳卒中

癌

鼻腔・副鼻腔癌
口腔・咽頭癌
食道癌
肺癌
肝臓癌
胃癌
膵臓癌
膀胱癌
子宮頸癌

肺気腫
肺炎
呼吸機能低下
結核

心筋梗塞
心不全
動脈硬化

腹部大動脈瘤

死亡率の上昇

早産
低出生体重
胎児発育遅延

喫煙続けたまま手術をむかえると・・・

以前は・・・

喫煙

=

肺の合併症

現在は・・・

喫煙

=

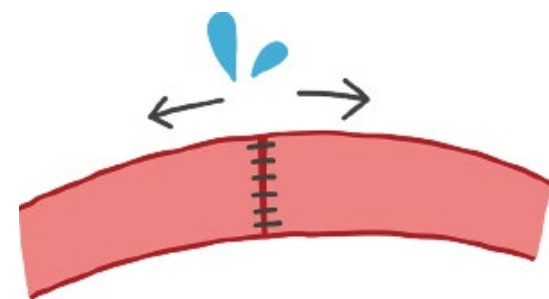
肺だけでなく喫煙による
様々な合併症がある

喫煙によるダメージは肺だけではないことを
知っていますか？

手術後こんな恐ろしいリスクがあります



内臓を縫い合わせた傷
が開いてしまう
感染を起こしやすくする



TO♥**PS**
TOBU HOSPITAL
PATIENT SUPPORT CENTER

喫煙によるダメージは肺だけではないことを
知っていますか？
手術後こんな恐ろしいリスクがあります

何年も痛みが
消えなくなる
(慢性疼痛)



TO♥**PS**
TOBU HOSPITAL
PATIENT SUPPORT CENTER

喫煙によるダメージは肺だけではないことを
知っていますか？

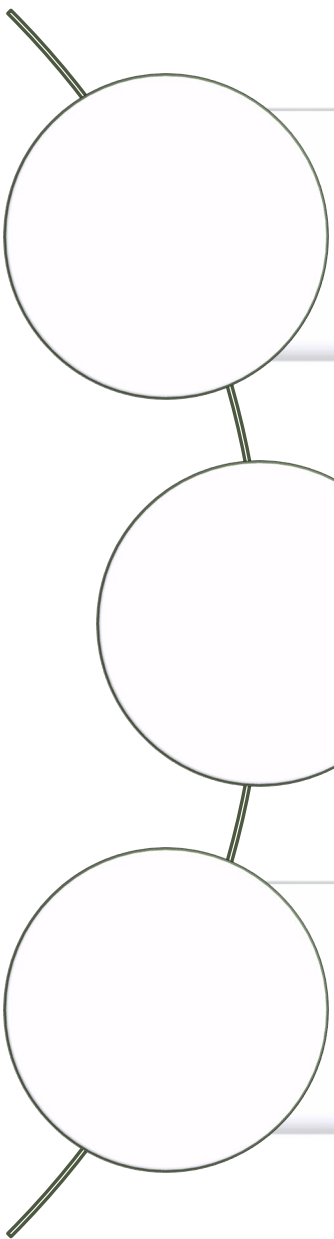
手術後こんな恐ろしいリスクがあります

咳や痰が増えて
肺炎のリスクが
高くなる



痛みを強く感じる
痛み止めが
効きづらい





一日でも早く禁煙

術前4から8週間の禁煙で合併症の発生率が減少します。

同居者も禁煙

自分が非喫煙者でも、受動喫煙のリスクになります。

ニコチンレスでも禁煙

ニコチンが含まれていないものでも、他の有害物質が含まれています。

必要な禁煙期間

3～4週間	傷の治りにくさや感染のリスク減少
4週間	術後の肺炎や痰の量が減少 痰を出すときの咳が減少＝痛みを感じる回数も減少
8～12週間	術後の合併症や死亡率が <u>非喫煙者と同じレベル</u> になる





◎禁煙を決意したら
どうすれば禁煙できるのか考えましょう

- 禁煙宣言をする
- 禁煙外来に行く
- ニコチンパッチ・ガムで代替える
- 禁煙の本や漫画を読む
- 禁煙のアプリを使用する

手術に向けて一緒に
禁煙頑張りましょう！
私たちもサポートします！

日本医師会

参考：禁煙は愛

<https://www.med.or.jp/forest/kinen/>

禁煙について詳しく載っているので、是非ご覧ください。

