

山下循環器科内科ニュース第 162 号

2016 年 3 月 1 日発行（隔月発行）

ホームページ <http://yamashita/chobi.net/>

◎大動脈解離について

タレントの阿藤 快さんが大動脈解離で急死されたのは記憶に新しいところです。大動脈解離とは、大動脈の 3 層の膜のうち中膜のところで二つに裂け、血液が流れ込む状態で、本来の血管（真腔）と、さけてできた腔（偽腔）からなります。急性大動脈解離は、はげしい背中や胸の痛み、腰痛などを主な症状として急激に発症する疾患で、致死率の非常に高い病気です。未治療では 1 時間に 1% ずつ致死率が上昇すると言われています。

大動脈解離の原因は、やはり動脈硬化によるものが多く、その他、うまれつきに動脈の壁がもろい方、外科手術に起因するもの、外傷によるものなどがあります。また、部位によって上行大動脈中心のもの、下行大動脈中心のものがあり、前者の方が危険で、緊急の手術が必要なことが多いです。後者は前者に比べて危険度が少なく、血压管理を中心とした内科治療で落ち着く場合も多いのです。診断はむづかしい場合もありますが、胸部レントゲン、CT、心エコーなどが有用です。心電図には出ないことが多く、激しい胸痛があつて、心電図変化がない場合は、心筋梗塞ではなく、大動脈解離を念頭に置く必要があります。いずれにしても急性期を脱した後は、血压の厳重な管理や、コレステロールや糖尿病の管理、禁煙などが必要になります。（院長）

◎当院には禁煙外来があります。禁煙外来をご存じですか？

「ニコチン依存症」という言葉を聞いたことはありますか？「タバコを辞めたいのに辞められない」喫煙習慣の事をいい、禁煙出来ないのは意志の弱さではなく、ニコチンの持つ“強い依存性”が原因の病気で、治療が必要です。

タバコの煙には 4000 種類以上もの化学物質が含まれ、そのうち発がん性物質は 60 種類ほどあると言われています。この有害物質により、さまざまな病気（脳卒中・心筋梗塞・動脈硬化・高血圧・肺がん・喉頭がん・咽頭がん・胃がん等々）を引き起こします。当院では、「ニコチン依存症」という病気を持つ患者さんのために、禁煙外来を行っています。3 年前にも一度このニュースに載せましたが、禁煙はたいせつなことですので改めて書いてみます。

1. 禁煙の効果

健康面では咳や痰の改善、味覚・嗅覚の向上、口臭の改善、目覚めが良くなる、肌つやが良くなる、血压の安定、さまざまな病気の予防効果があり、金銭面では生活費や趣味に使う金銭に余裕が出てきます。また、家族にとっては受

動喫煙による健康被害の回避 ができます。

2. 治療方法

医師により禁煙補助薬の処方をおこないます。薬には、飲み薬や貼り薬があり、希望や使用方法により選択していただきます。

3. 治療スケジュール

初回から12週間（3カ月）全5回の通院が必要になります。初めは2週間おきに通院していただき、3回目以降は4週間おきの通院となります。

初回では、まず喫煙状況の問診票をもとに、看護師により喫煙状況の確認、治療の説明、禁煙達成の為にポイントなどをお話します。以後は毎回、相談やお話の後、息に含まれる一酸化炭素濃度（有害物質の濃度）を測定し、その後医師による診察・禁煙補助薬の処方を受け終了となります。

4. 治療がはじまったら気を付けること

治療途中に「禁煙出来ている」という気持ちがあっても、禁煙補助薬による治療を辞めずに、医師の指示通りもしくは減量しながらでも継続する事が重要です。「もう薬がなくても禁煙出来そうだ」「何日か薬を使用していないが吸いたい気持ちは特にない」と自己判断により治療を中断された人の最終禁煙成功率は約50%と低く、医師や看護師のアドバイスや禁煙補助薬の処方を最後まで受け続けるかが禁煙達成のための鍵となります。

5. 禁煙治療中、リタイヤしそうになった時の禁煙継続のためのポイント

- ①「1本だけ・・・」は絶対にダメ！（特に職場や飲酒の席 等）
- ②禁煙に至った理由や、禁煙中の努力を思い出す（初心を忘れない）
- ③禁煙の効果（体調面や金銭面 等）を良く考える
- ④万が一、「1本だけ・・・」と喫煙してしまった場合でも、またすぐに禁煙し禁煙補助薬を継続使用する

以上、簡単な説明ですが、いかがでしたか？当院では、禁煙外来ポスターの掲示や入口受付付近に禁煙治療に関するパンフレットを設置しています。是非ご覧ください。当院での禁煙外来開始後の成功者は現在66名です。

皆さんも「医師と一緒に禁煙」すれば禁煙達成出来るかも知れませんよ(^_^)

お気軽にご相談ください。（看護師 長野愛美）

◎新入職員自己紹介

2月5日より入職しました外来看護師の萱嶋真弓です。患者様のお顔やお名前、業務を早く覚えて、患者様が安心して外来診療を受けていただけるように頑張りたいと思います。どうかよろしく願いいたします。

入職 平成28年1月厨房 篠田彩美、2月医療事務 岡部早苗
よろしく願いします。

退職 平成28年2月医療事務 石上 希・・・お世話になりました。