

医師会だより



望まない受動喫煙の防止

改正健康増進法

「望まない受動喫煙の防止」を目的として、令和2年4月1日から「改正健康増進法」が施行されています。

厚生労働省の報告によると平成27年度の喫煙による社会的損失額の推計は、医療費1兆6900億円、介護費2600億円、たばこによる火災などの関連費が1000億円です。加えて喫煙者本人の寿命を男性では8年、女性では10年短くすると言われてます。さらに新型コロナウイルス感染症では喫煙者ほど重症化すると言われています。三密となりやすい喫煙所での喫煙は要注意です。

受動喫煙の悪影響

受動喫煙により、肺がん、脳卒中、心筋梗塞、乳幼児突然死症候群などの発症リスクが高まります。受動喫煙で年

「あなたの笑顔が必要です！」大村市医師会潜在看護師研修事業

間1万5000人が死亡し、医療費3300億円が使われていると報告されています。禁煙、受動喫煙防止は社会的損失抑制の手段です。

室内では原則禁煙

改正健康増進法では喫煙場所を厳格に規定し、違反した場合は刑罰（過料）が課せられます。

多数の人が利用者する施設や、旅客運送事業船舶・鉄道、飲食店等の施設では屋内では原則禁煙となっています。喫煙室を設ける事は許可されますが、学校・病院・児童福祉施設・行政機関などは屋外を含めた敷地内での喫煙は禁止です。

喫煙場所の周知義務

許可される喫煙室は4つの種類に分けられ、①一般的な事業者が設置する、喫煙可・

飲食提供不可の「喫煙専用室」、②経過措置として一般的な事業者が設置する、加熱式たばこのみ喫煙可・飲食提供不可の「加熱式たばこ専用喫煙室」、③シガーバーやタバコ販売所、公共喫煙施設等の特定目的施設に限定した、喫煙可・飲食提供不可の「喫煙目的室」、④経過措置として即座の喫煙可能室設置などが難しい小規模の特定飲食提供施設に限定した、喫煙可・飲食提供不可の「喫煙可能室」があります。喫煙できる場所には掲示板を設置し周知せねばなりません。違反すると喫煙者のみならず施設管理者にも責任が及びます。

法を順守して喫煙

喫煙者の受動喫煙に対する配慮は「マナー」から「ルール」へとかわりました。喫煙者だけでなく、喫煙場所を提供する事業者においても「改正健康増進法」を守らなければ「違法」となります。法を順守した喫煙を行ってください。

五十肩

人呼んで五十肩。正式名称は肩関節周囲炎。世間では、医者に行っても治らない、針灸に行っても治らない、と言われている。半年一年ほっとくと治るよなどと、友人のアドバイスを受け、痛みを我慢しているうちに、腕が上がらない状態のままの人もいます。五十肩が治らない理由は、冷えによる痛みが多いからです。西洋医学には冷えという考え方がありません。だから、痛みがあるときはロキソニンなど痛み止めが処方されます。いわゆる痛み止めは、消炎鎮痛解熱剤です。解熱剤は冷やす薬ですから、治るわけがない。2か月3か月と経過して、漢方なら治るかもしれないといううわさも聞きつけて受診します。でも痛み止めで散々冷やした後なので、治療に時間がかかりました。痛みを感じた翌日に受診した人は、1週間で治ることが多いです。当院を受診する五十肩の患者の90%以上は冷えの五十肩ですが、まれにほてりの五十肩の人がいます。ほてりの五十肩が少なくない理由は、五十肩が少くない医療機関にかかれば、ロキソ

ニンなどを出されるので、そこで治ってしまうのです。漢方には、温める痛み止めがあります。だから冷えの五十肩が治るのです。あまり長引かないうちに、受診してください。最後に冷えの痛みの見分け方(1)風呂で楽になる痛み。温めて楽になるなら、間違いないで冷えですね。ただしじっとしていると区別がつかないので、入浴前と後に、わざと痛みが出ることを(肩を動かしてみよう)をして比べてください。

(2)朝が痛い。眠ると体温が下がります。だから、目覚めた瞬間が一番体温が低いのです。(基礎体温)動いているうちに体温が上がって楽になるなら、冷えた痛みです。

前川漢方内科クリニック
前川 靖裕

【医心伝心】
新型コロナウイルスの活動は弱まっていますが、季節の変わり目には活動が活発化しています。手洗いやマスクの着用が励みになります。三密を避けたい行動は共通です。

看護師への復職を考えている方、復職のための研修を受けてみませんか。詳しくは大村市医師会まで。