

すぐに役立つくらしの健康情報

こんにちわ

2014年 7 月号

【発行】 医療法人 社団永楽会

前田病院

理事長・院長 前田正博
〒737-0051 広島県呉市中央2丁目6-20
TEL. 0823 (25) 2600
<http://www.hospital-maeda.jp/>

- 診療科目 内科・呼吸器内科・消化器内科・循環器内科
血液内科・放射線診断科・リハビリ科・歯科
- 診療時間 午前9時～12時30分 午後2時～6時
- 休診日 木曜、土曜の午後及び日曜・祝日

七夕のごちそう
静岡県地方

- 炒り卵
- てんぷ
- いもがら
- いんげん
- にんじん
- ちらしずし

おろ抜きごぼうの
鉄火味噌

QOLを高める!
ホームドクター・アドバイス
お薬の正しい飲み方と保管方法

**メディカル・
プロファイリング**

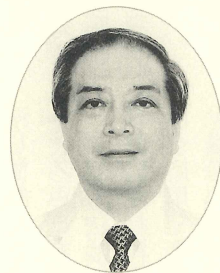
熱中症Q&A

介護の知恵袋
つらい床ずれを防ぐ
はつらつ健康ナビ
ドライブのときの健康管理

- ・生活ほっとニュース
- ・PMT C
- ・スッキリ! 脳活用

S. Koujin

タバコの煙はPM2.5十有毒ガス



近年大気汚染で問題視されているPM2.5は石炭や石油などの化石燃料の燃焼が主な発生源ですが、草木の

燃焼時つまりタバコからでもです。微小粒子状物質でその大きさは直径2.5μm(2.5mmの千分の一)以下です。直接口にするタバコの煙も直径0.4〜1μmの超微小粒子で肺の一番奥の肺胞までたやすく入り込み、更にカドミウム、ホルムアルデヒドなど70種類の発がん性物質や数千種類の化学物質が粒子やガスとして含まれており、肺気腫や気管支炎、更には肺癌を引き起こします。

またタバコを吸うとすぐに運動能力が落ちることも分かっており、血液中の酸素不足による循環器系の病気にもかかわってきます。リスク要因別にみると日本人の死因の第1位は喫煙で、毎年13万人が早死にしているそうです。

喫煙者の方はこの有害性を認識し、禁煙の努力をして頂きたいものです。禁煙の出来ない方は一度ご相談下さい。

平成26年7月

院長 医学博士 前田 正博