

せき しん かん
碩心館病院



**自分の命をけずっています！
 他の気分転換を見つけてみて
 はいかがですか？**

循環器専門病院として、心血管疾患予防のための医療を提供している同院では、その二環として禁煙外来を開設している。「タバコがやめられないと言う方は多いですが、必ずやめられます！」と断言する藤本副院長。しかし「一旦禁煙に成功しても「吸いたい！」という発作的な気持ちと、再喫煙の誘惑にいかにか勝ちつかが問題になる。発作的な気持ちに対しては冷たい水を飲む、時にニコチンガムを併用するといった対処法の指導

小松島市江田町字大江田44-1 ▲0885-32-3555
 診療時間 9:00~17:00(土曜は~12:00) 困 土曜午後、日曜、祝日
 団 <http://www.sekishinkan.or.jp/>

コメント
 狭心症や心臓病で入院して禁煙を始める方がいますが、入院してからやめても遅いです。いつでも思い立ったその日が禁煙の開始日です。今すぐやめましょう。

もしてくれるので、苦しんで禁煙している人はいないという。今年こそ「禁煙」を目標に掲げてみては？



藤本卓副院長

