

# 健康ぷらざ

No.118

企画:日本医師会

# ゴホゴホ ゴホゴホ ゴホゴホ

## せきは禁煙サイン

ゴホンゴホンと痰をからませ

せきをしながらたばこを吸っているあなた!

そのせきはあなたの呼吸器からの喫煙拒否サインです。

気管支や肺の病気かも知れません。

呼吸の機能は20歳代をピークに年齢とともに低下していきます。

その上にたばこを吸って呼吸器に大きな負担をかけるのですから、

機能低下のスピードを速めるばかりか、

呼吸器の病気にもつながってしまうのです。

肺がん発生の一要因でもある喫煙。

まずはたばこをやめましょう。

**どうしても禁煙できない人は、**

医師の指導を受けることをおすすめします。



指導:日本医科大学第4内科 教授 工藤 翔二

◆待合室等に掲示し、患者さんにおみせください。