



禁煙外来のご案内

外来日時：10月12日(木)より開始
毎週木曜日 17:00～19:00
担当医師：上原明彦医師

完全予約制
お電話にて
ご予約下さい。



禁煙外来・成功者の声



白川 真人さん

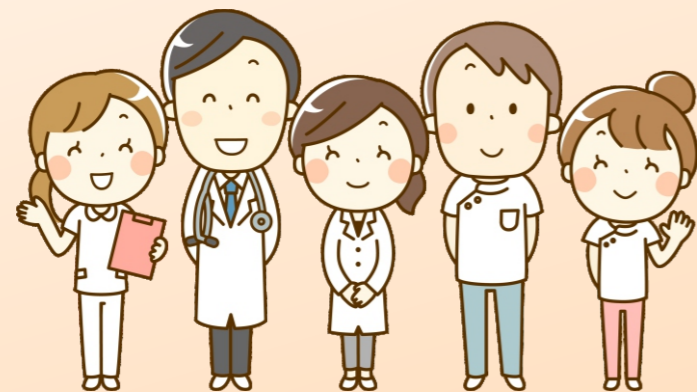
当時、口さみしく、タバコを吸えば気分が落ち着く感覚でした。
現在は時代の流れなのか、喫煙する場所がどんどん狭まっています。飲食店も店内では禁煙になる傾向だとニュースでも耳にします。『そろそろやめないと・・・』と、考えていた矢先、禁煙外来の開始を耳にしたので受診することにしました。
自分の治療方法は、ガムを噛むことで吸いたい気持ちを抑えるというもので、続けているうちに不思議と『吸いたい』という気持ちもなくなってきました。禁煙外来を受診して、一番大事なのは**自分の意志**だと感じました。これから禁煙治療を考えている皆さん、大丈夫です!絶対にやめると自分に言い聞かせて下さい。そして、3ヶ月後にあなた自身のサクセスストーリーを聞かせて下さい。

当院と一緒に働きませんか?

看護師・看護補助者・介護福祉士

大募集中です!

専門・認定看護師の資格をお持ちの方
師長・主任経験のある方歓迎致します! お気軽にお問い合わせ下さい。
【問い合わせ先】 TEL:0146-42-0701 看護部長代行 細川まで



目次 ~Contents~

- 院長の独り言
- 健康保険による診療を受けられる皆様へ
- 意外に知らないタバコの真実
- 禁煙外来のご案内
- 看護師・看護補助者・介護福祉士募集中です

院長の独り言

～AIの進歩とマックジョブ型人間～



『AIよ 俺の上司の指示わかる?』『AIに 翻訳させたい 嫁の機嫌』『AIが 俺の引退 早めそう』『AIが オレのレポート 見て笑う』 第一生命保険が例年開催している「サラリーマン川柳コンクール」の第31回の全国優秀100選の中からAIに関する川柳を紹介しました。急速に進歩しているAIとその進歩を後押しする



ディープラーニングは、近い将来自分の仕事がAIに奪われるかもしれないという漠然とした不安を労働者全般に与えています。特に「マックジョブ」しかできない人は心配です。「日経ビジネス」の記事を引用しますと、「マックジョブ」とは、マクドナルドの業務内容とは無関係ですが、「マクドナルドのような仕事」を指す造語で「低賃金で必要な技術レベルが低く将来性のない仕事」という意味で使われます。単純な作業はこれからAIが担うとすれば、企業が必要とするのはクリエイティブな人材ということになります。しかし、クリエイティブな人

というのは、才能はありますが、その才能が長く続くという保証はありません。ましてや、組織がまとまるためには孤高の人の集団では、最終的に空中分解し兼ねません。それでは、マックジョブ型人間は何を目指せばいいのでしょうか。1つ目は、なかなか難しいですが、早々に出世して、上級管理者になることです。ほかにもマックジョブ型人間だからできることがあります。『上司に対し「ゴマすり」「ハウレンソウ」を徹底する』『長時間会議にも全力で参加する』『社内外の親睦を深める飲み会などには必ず顔を出す』『社内外の噂話や人事情報にもアンテナを広げる』『多くの同僚や取引先と分け隔てなく付き合う』いくらAIが主流になったとしても、社会を形作っているのは血の通った人間です。人間関係が円滑にいかなければ、クリエイティブな人材の才能も活かされないと思います。頑張れ!マックジョブ型人間!人間性を磨け!



健康保険による診療を受けられる皆様へ

月初めの診療の際には、受付窓口で保険証を必ずご提出ください。
保険証を忘れると医療費の全額の支払いが必要な場合があります。
保険証の変更があった場合にもご提出をお願いします。



第6回

意外に知らないタバコの真実

～喫煙による様々な健康障害～



循環器内科
上原 明彦

喫煙による健康障害

喫煙は、がんだけでなく脳卒中や心筋梗塞、肺炎、喘息など、さまざまな病気のリスクを高めることがわかっています。『タバコを吸って病気になれば本望。』喫煙している方に禁煙を勧めるとよく反論されることです。しかし、あなたは本当に病気の恐怖を理解していますか? 喫煙により発症しやすい代表的な病気をご紹介します。



心筋梗塞

心筋梗塞とは、心臓に酸素を供給する血管がふさがって心臓に血液が送られなくなる病気です。喫煙によって血管が詰まりやすくなり、動脈硬化が促進されることで心筋梗塞を発症するリスクが高まります。



【症状】
突然、胸の圧迫感や冷や汗、動悸が起こります。

元のように運動ができない
再発の危険性と隣り合わせ
一生、病院通いの可能性も...

喫煙により、心筋梗塞を発症するリスクは4～7倍高くなることがわかっていますが、喫煙をやめることでそのリスクは喫煙しない方に近いレベルにまで低下することもわかっています。

脳卒中

脳卒中は脳血管障害と呼ばれ、脳梗塞、脳出血、くも膜下出血などを指します。喫煙によって体内に取り込まれる一酸化炭素やニコチンなどの有害な化学物質によって血液が流れにくくなり、脳卒中の発症につながります。



【症状】
突然、激しい頭痛や手足の麻痺、思うように言葉が出ない言語障害が起こります。

助かったとしても生活レベルの低下、最悪寝たきりになることも
食べにくい、会話しにくいなど普通のことができにくくなる可能性も

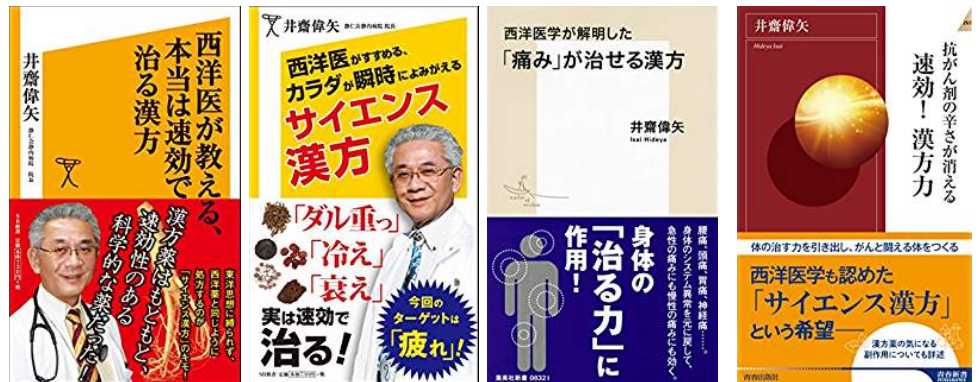
喫煙者は非喫煙者に比べて脳卒中発症のリスクが1.5倍、脳卒中死亡のリスクは2倍とされています。禁煙すると脳卒中リスクは2～4年で低下していき、10～14年で非喫煙者と同等になることがわかっています。

勤務医を募集しています

静仁会静内病院（日本東洋医学会指定研修施設）

＊3年間専攻医として研修後に漢方専門医を取得

＊総合診療としてのサイエンス漢方処方実地研修



静仁会静内病院では常勤の勤務医を募集しています

・「漢方専門医」の受験資格を得るために、3年間専攻医として勤務しながら研修をしたい方

（当院は日本東洋医学会指定研修施設。指導医：井齋偉矢院長）

・漢方専門医を取得するつもりはないが、総合診療の中に効果的に漢方薬を取り入れるサイエンス漢方処方研修をしたい方

（研修期間は自由に設定できますが、当院の希望としては年単位の研修をお願いします。専門科は内科に限りませんが、診療内容は簡単な外科を含めた総合診療となります）

・救急・急性期の漢方治療を学びたい方

・サラブレッド・乗馬が好きな方

・北海道の田舎・日高昆布が好きな方

