

大切な臓器の宝庫!!

# 胸とお腹を詳しく見てみませんか？

胸腹部 CT 検査は、胸部から腹部にかけての臓器の状況を詳しく見ることのできる検査です。

## 胸腹部 CT 検査で分かること

肺から腹部の臓器（肝臓・胆嚢・膵臓・腎臓・脾臓など）に至るまでの病気（腫瘍や炎症など）の診断に有効です。国内で話題となっている COPD（慢性閉塞性肺疾患）の程度について見ることもできますし、進行速度が早いとされている膵臓や胆嚢のがんの早期段階での発見にも有効です。

## 侮れない！ COPD

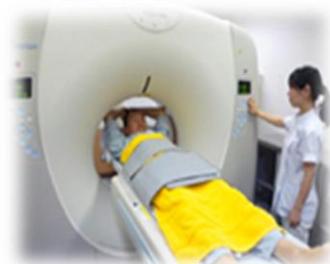
近年増加している、喫煙との関連が非常に深い肺の病気です。病状の悪化により、呼吸機能の低下を来すだけではなく、肺がんや肺炎、心不全、動脈硬化など様々な病気を併発します。

## 胸腹部 CT 検査料金

16,500 円（税込）



単独実施も健康診断のオプション検査としての実施も可能です。



《お問合せ・お申込み》

地方独立行政法人 岐阜県立下呂温泉病院 総合健診センター

電話（直通）：0576-23-2233 FAX：0576-23-2234

月～金 13:00～16:00（祝日除く）

増えている肺がん！たばこが最大のリスク！！

# 『卒煙』は今のうちに！

副流煙は特に危険！！～喫煙者だけの問題ではありません～

有害物質は、主流煙よりも副流煙の方に数倍から数十倍多く含まれています。

有害物質	主流煙	副流煙
タール（発がん促進物質）	1	3.4 倍
ニコチン（ゴキブリの殺虫剤成分）	1	2.8 倍
一酸化炭素（酸素の運搬機能を妨げる）	1	4.7 倍
アンモニア	1	46.0 倍

（参考：厚生労働省「タバコのリスク「主流煙と副流煙」」）

肺がん、狭心症、心筋梗塞、脳卒中、COPDなどが発症しやすくなります。



妊婦がタバコを吸っていなくても、家族に喫煙者がいる場合、低出生体重児や早産のリスクが上昇します。子どもへの健康被害として、中耳炎、喘息の誘発と悪化、呼吸器感染症（気管支炎・肺炎）、乳幼児突然死症候群などがあります。

## 上手に楽しく卒煙

離脱症状は、体からニコチンが消えていき、健康な体に回復しつつあるサインです。

### 「吸いたい」気持ちをコントロール

- 冷水・氷を口にする
- 深呼吸をする
- 体を動かす
- 場所を変える
- 歯を磨く
- シュガーレスガムをかむ など



### 卒煙のコツ！！

- タバコの害をイメージする
- 卒煙のメリットを考える
- 気軽に考える
- タバコの煙の多い場所に近づかない
- 卒煙仲間をつくる など

## 卒煙成功者からのメッセージ

卒煙すると、健康面だけでなく生活面でもメリットがあります。



## 卒煙で取り戻せる寿命

喫煙で寿命が短くなりますが、卒煙すれば寿命が取り戻せます。

卒煙年齢	寿命
35 歳	+10 年間
40 歳	+9 年間
50 歳	+6 年間
60 歳	+3 年間

（参考：すぐ禁煙.jp（ファイザー株式会社））

※この資料では、禁煙に前向きな気持ちで取り組めるように「卒煙」という表現を用いています。