

禁煙を試してみませんか？

市民病院では、毎週水曜の午後、予約制で禁煙外来を行っています。

禁煙治療は2006年からは保険適用の対象にもなっており、禁煙外来では「ニコチン依存症」治療として、禁煙治療に精通した医師や専任の看護師が担当しています。

喫煙は肺気腫、肺がんなど呼吸器疾患のリスクを高め、脳梗塞、心筋梗塞、動脈硬化などの誘因になり、またメタボリックシンドローム、歯周病などと関連しているとされているだけでなく、2020年4月1日からは、健康増進法の一部改正によって多くの施設で屋内が原則禁煙となり、喫煙の防止に対する社会の要望がより一層高まっています。今回は、市民病院で行っている禁煙治療について紹介します。

禁煙外来にかかる期間

健康保険を使った禁煙治療では、12週間(約3カ月)で計5回の治療を行います。

保険診療の条件

初回の診察で、次の4つの条件にすべてあてはまれば、健康保険を使って禁煙治療が受けられます。

- ①ただちに禁煙しようと考えている。
- ②ニコチン依存症のスクリーニングテストが5点以上。
- ③プリンクマン指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が200以上。
- ④禁煙治療を受けることを文書により同意していること。

必要な費用

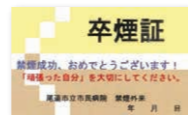
治療には貼り薬(ニコチネルTTS)、飲み薬(チャンピックス)の2種類のうち、いずれかを使います。

5回分の診療費の目安は、概ね次の通りです。(禁煙外来の診察代・処方箋代・処方薬代を含む)

	3割負担	1割負担	自費(全額負担)
貼り薬 (ニコチネルTTS)	約13,000円	約4,300円	約43,000円
飲み薬 (チャンピックス)	約19,000円	約6,300円	約63,000円

禁煙支援

禁煙を達成するまで、3カ月間にわたり禁煙支援を行います。ゴールは禁煙を達成した証に、「卒煙証」をお渡しします。



尾道市立市民病院 (☎0848-47-1155(代))

医師会 だより #24



尾道の地域医療に 力を貸していただけませんか

地域医療とは、地域住民が安心して暮らすことができるよう、地域住民の健康を支える医療体制のことです。高齢化社会をむかえて、現在も、そしてこれからも尾道は医療介護を必要とする人は年々増え続けていきます。これからはどんどん地域医療を充実させていく必要がありますが、医療介護体制を充実させるには人手がいます。そこで、その地域医療体制を支える担い手の一人として、参加して下さる人を求めています。

尾道には尾道准看護学院があります

尾道准看護学院は大正6年創立。100年以上の歴史を誇る尾道市医師会立の学校です。今まで多くの准看護師を輩出してきました。そして尾道の地域医療に貢献していただきました。准看護師が看護職として果たす役割は大きく、特に尾道のような地方においては准看護師なくては地域医療を支えることはできないとも言えます。この学校で、2年間勉強して准看護師の資格を取りませんか。そして尾道の医療機関や施設などで働きませんか。ここ数年、尾道

准看護学院はいったん社会に出て他の仕事をしてからの入学生が増えています。去年は67歳で卒業された人がおられます。つまり65歳で入学されたのです。いくつになっても新しいことにチャレンジし、かつそのことで周りの人の役に立てる。そして周囲の人も自分自身も元気になることが出来ます。さらに経済的な安定も得られます。

今、新型コロナの影響で、いろんなことが見通しが難しくなっています。しかし今後も少子高齢化はどんどん進む可能性があります。これからは年代にかかわらず、お互いにできることをし合い、支えあって生活していかななくてはなりません。年齢、性別に関係なく、やる気と奉仕の心を持った人、尾道准看護学院で待っています。2年間がんばりましょう。資格を取って、ぜひ私たちと一緒に働きましょう。よろしくお願ひします。

得本医院
吉田真里先生

■次回は広報おのみち6月号に掲載予定です。

子育て

妊婦支援金の申請をお忘れなく

新型コロナウイルス感染症予防対策に留意して過ごしている妊娠中の人への応援支援金の申請期限が近づきました。個別にご案内した人で、申請がまだの人は、申請書を至急ご提出ください。

締 10月31日(土) ※消印有効。

※窓口提出は、10月30日(金)まで。

健康推進課 (☎0848-24-1960)

満1歳～小学6年生のお子さんへ

インフルエンザ予防接種費用を助成します

接種費用を助成します。窓口・ホームページにある「委任状兼報告書」を持参し、医療機関で接種を受けてください。10月26日以降に接種を受けるよう、ご協力をお願いします。

接種日に尾道市に住民票がある、満1歳～小学6年生までの子ども

助成額 1人1,000円(2回まで)

実施場所 尾道市・松永沼隈地区(一部)の医療機関

子どもインフルエンザ予防接種費用助成に係る委任状兼報告書、差額の接種料金、母子健康手帳、保険証など本人確認書類

令和3年1月31日(日) 健康推進課 (☎0848-24-1960)

乳幼児健診

健診名	場所	日程
4カ月児健診	総合福祉センター	10月21日(水)・22日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	10月30日(金)
1歳6カ月児健診	総合福祉センター	11月11日(水)・12日(木)
	御調保健福祉センター	11月5日(木)
	因島総合福祉保健センター	10月22日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	10月30日(金)

【尾道地域(向島を含む)】健康推進課 (☎0848-24-1960 ☎0848-24-1966)
【因島・瀬戸田地域】因島総合支所健康推進課 (☎0845-22-0123)
【御調地域】御調保健福祉センター (☎0848-76-2235)

健診名	場所	日程
3歳児健診	御調保健福祉センター	11月5日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	10月30日(金)

※対象者には個別通知します。健診日の1週間前までに通知が届かない場合は、ご連絡ください。なるべく住所地区のセンターで受診してください。年間日程・対象者については市ホームページをご覧ください。

相談・講習会

行事名	場所	日程	受付時間	対象	備考
乳児健康相談(要予約)	総合福祉センター	10月19日(月)	9:20~11:30	0~12カ月の児	☑身体計測、育児・栄養相談、ふれあい遊び ☑母子健康手帳、バスタオル
		11月16日(月)	13:20~15:30		
	いのしま子育て支援センター	10月29日(木)	9:45~10:30	概ね1歳までの児	
離乳食講習会(要予約)	因島総合福祉保健センター	10月20日(火)	13:10~13:20 (14:10まで)	乳児の家族 ☑8人程度	☑離乳食の進め方の話、デモンストレーション ☑母子健康手帳、筆記用具、マスク
母乳相談(要予約)	総合福祉センター ※電話相談へ変更の可能性あり	10月20日(火) 27日(火) 11月10日(火) 17日(火)	13:30~ 14:30~ 15:30~	市内在住の妊婦か、出産後概ね1年6カ月までの人 ☑3人 ※個別相談。 ※相談利用は1人2回まで。	☑母乳や卒乳についての相談 ☑母子健康手帳、タオル2~3枚、ミルクや哺乳びんなど赤ちゃんに必要なもの
5歳児相談(要予約)	総合福祉センター	12月1日(火)	13:00~	平成28年3月~4月1日生まれで発達など気になることがある児 ☑10/30(金)	☑通っている市内保育所・幼稚園(市内保育所等に通っていない人は健康推進課へ)
	因島総合福祉保健センター	12月2日(水)			
母子健康手帳の交付(要予約)	総合福祉センター	10月25日(日)	9:00~12:00	母子健康手帳交付対象者	☑妊娠届出書、本人確認できるもの