

風通信H24年12月号

神戸市灘区六甲台町5-31カルム六甲1F
むらまつ歯科医院 (078-871-4180)



あっという間に12月になりました。今年もあと少しですね！だいたい師走はせわしないものですが、16日に選挙がある事もあって今年の師走はさらにせわしく感じます。クリスマスを楽しむのは、選挙後かな？

<知ってビックリタバコの真実>

先日灘区民ホールにて第15回灘区民健康特別講座「知ってびっくりタバコの真実」が



開催されました。第一部は医師会から菌はじめ・菌潤先生が、タバコの毒性と、日本におけるタバコ規制の甘さについて講演されました。欧米におけるタバコの害を訴えるCMの紹介から始まったのですが、日本と違ってストレートにタバコの害が伝わるCMで、子ども達に是非見てもらいたいなぁと感じました。それから具体的なタバコの害についてのお話…タバコ1本吸うと40秒寿命が耀む、くも膜下出血なども喫煙が原因の場合が多い、死亡原因の1位はタバコで毎年

20万人がタバコが原因で死亡している、タバコとお酒の併用はリスクがかなり高まる、受動喫煙も死因の大きな要因と考えられている、タバコでの税収より、タバコ対策の支出の方が多い、若い女性の乳がんのリスクは、受動喫煙により2倍に増える…

これは欧米で売られているタバコのパッケージです。タバコを吸い続けるとこうなり



ます…と視覚的に訴えるように規制されています。日本ではこのような規制は採用されていません…タバコの裏に「健康を害します」との文言が記載されているくらいです。お口の中への影響は…口腔内の免疫機能の抑制、口腔内の治癒が遅れる、歯周病の進行因子となる、喫煙者は非喫煙者より口腔癌の死亡率が4倍高い…かかりつけ歯科医をキチンと作って、定期的なプロによるメンテナンスの重要性を分かりやすく説明されました。最近は歯科における美容の話、アンチエイジングの話が注目されており、タバコによる顔貌の変化など、老化の話などもとても興味深かったです。

結局のところ、タバコを吸っても何も得する事がないという事です。吸う方は税金

を払い続け、健康を害する…一緒に生活している方は受動喫煙のリスクが高まる…タバコにより国の医療費の負担が増える…最近は保険を使って禁煙外来を受診できるので、禁煙を考えておられる方は、是非一度受診してみてください。

院長の食べ物ネタ 「いろは」



「お八つとお茶いろは」…先日六甲にオープンした日本茶カフェです。岡本の日本茶カフェ「一日（ひとひ）」さんで働いておられた方がオープンされたそうです。コーヒーなどのメニューもありますが、やっぱりおすすめは日本茶です。和テイ



ストのスイーツと一緒に頂く日本茶って素敵ですね♪阪急六甲駅から月森さん、フクギドウさんがある筋を南に下ったところです。078-203-2947 神戸市灘区八幡町4-2-25 マノアール・ド・リエール 1F12:00~20:00 定休日 金曜