



# 健康管理センターだより



32号 2021年4月1日発行

## 禁煙外来で「卒煙」できました！

— 本学附属病院の禁煙外来に通院【11月～1月（3ヵ月）計5回受診】 —

「禁煙達成」した河野 竜一郎 君（薬学部4年）にインタビューしました。

— 令和3年2月10日実施 —

禁煙のきっかけは？

父と弟が禁煙し家族では自分だけが喫煙者となり「やめなよ！」と親から言われた。

本学附属病院の禁煙外来を選択した理由は？

面倒な手続きを全部、健康管理センターがやってくれて、お金だけ持って行けばよく楽だった。（1度他の禁煙外来で面倒な手続きのため諦めた）

良かったところは？

相談に行ったらすぐに禁煙外来に受診でき、すぐに処方してくれて禁煙できたこと。融通がきくところ。

振り返ってみて喫煙の要因は？禁煙して気づいたことは？

タバコを吸わないと頭痛や倦怠感がでてきて、体調が不調になり我慢できず喫煙し続けていた。チャンピックスを内服することで頭痛・倦怠感がなくなり身体的に楽になりスムーズに禁煙でき、タバコを吸わなくてもよくなった。

最後に伝えたいことはありますか？

喫煙者はタバコが悪いこともお金がかかることも知っている。くどくど言わなくても「健康管理センターへ相談に来さえすればすぐに治療開始でき、禁煙実行できる」と大きな声で伝えたい。



薬学部4年  
河野 竜一郎 くん

### <禁煙外来通院経過>

- 10/30 禁煙外来申込
- 11/2 受診（初回）  
ファルピックス処方8日分  
禁煙スタート
- 11/4 （電子処方）
- 11/16 受診（2回目）  
電子処方（パイ）をやめるよう主治医から指導され使用中止  
夜間頻尿（副作用）  
ファルピックス処方14日分
- 11/30 受診（3回目）  
電子処方（パイ）使用回数半減なるも使用していた  
（完全に電子処方使用中）  
ファルピックス処方21日分
- 12/14 受診（4回目）  
吸いたい気持ちたまに出る（禁煙中）  
副作用なし  
ファルピックス処方35日分
- 1/25 受診（5回目）  
吸いたい気持ち出ない  
（内服も忘れたり）  
→終了

### <健康管理センター保健師から>

一般的に禁煙外来は初回受診でファルピックスを処方されて8日目から禁煙をスタートし3ヵ月（5回）で終了します。河野君の場合は初回受診から禁煙を開始し、後に電子処方を使用していたことが判明した為、実際は11/30から完全な禁煙となりました。3月10日現在で禁煙継続中です。今後も1年間連絡を取り誘惑に負けないよう禁煙支援していきたいと思っております。

今現在喫煙している方へ、どうぞ気軽に健康管理センターへいらしてください。または電話をください。スムーズな禁煙のお手伝いをします。

## 禁煙相談外来（お知らせ）

- ◆ 毎週 月曜日（午後）3時～4時30分（本学職員・学生限定）
- ◆ 附属病院 D外来
- ◆ 予約先 ☎ 受付：健康管理センター 019-651-5110（内線5118）



※事前に紹介状を作成しますので保険証持参し健康管理センターへいらしてください

- ◆ 参考（診療費等）：**初診料+処方料=4,000円+消費税+薬剤料（院外処方）**  
**再診料=2,000円+消費税+薬剤料（院外処方）**

※コスモス館1階 調剤薬局（24h対応）

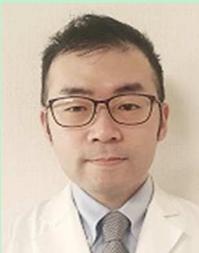
## 学校医からのご挨拶



本間 博之  
内科学講座糖尿病・代謝・内分泌内科分野 助教

令和3年4月から学校医を拝命致しました、内科学講座 糖尿病・代謝・内分泌内科分野の本間博之と申します。日常の臨床では主に糖尿病一般の外来、病棟の診療を担当しております。これから、2年間にわたり本学の2300名にもおよぶ医学部・歯学部・薬学部・看護学部の4学部の学生と大学院生、関連専門学校の学生の皆様の健康管理などの業務を担当させていただきます。

平時と大きく異なり、新型コロナウイルス感染症の問題も続いております。厳しい環境の中にも関わらず「誠の人間の育成」「厚生済民」との本学建学の精神の下に、学業に邁進されている学生の皆様への影響も大きいものと考えています。健康管理センター長の石垣泰教授のご指導の下、同センターのスタッフ皆様のお力をお借りして、皆様の健やかな学生生活の一助になれるよう努めて参ります。皆様よろしくお願い申し上げます。



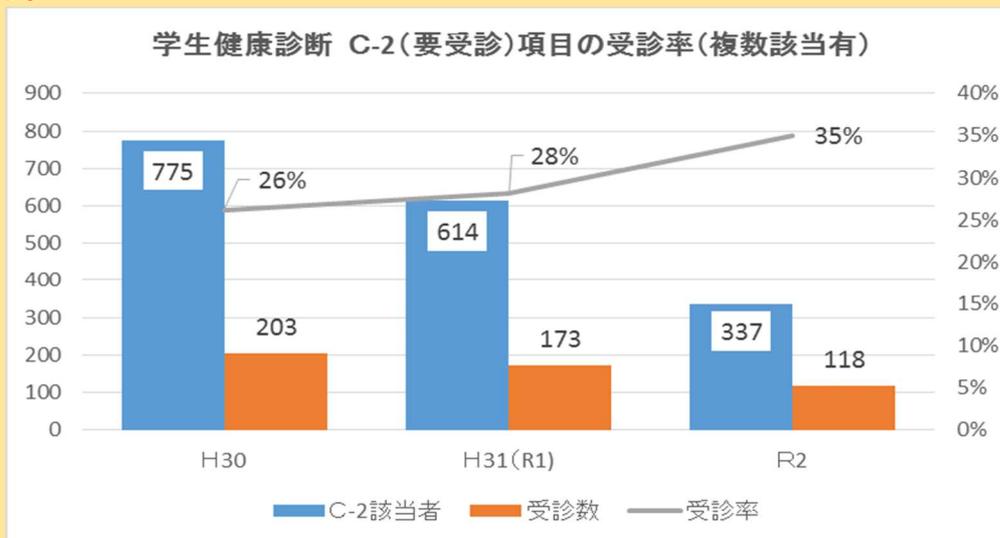
佐々木 了政  
内科学講座血液腫瘍内科分野 助教

令和3年4月から学校医を拝命いたしました、内科学講座血液腫瘍内科分野の佐々木了政です。これから2年間、学生の皆様への健康管理業務を担当いたします。職務内容としまして、学生の健康診断の結果判定、一般的な予防接種、疾病の予防処置および保健指導など多岐にわたります。健康管理センター長殿をはじめとして専任スタッフの皆様にご指導・ご助力を賜り、業務にあたりたいと存じます。

岩手医科大学 4 学部の学生および大学院生の皆様、ならびに関連専門学校の学生の皆様が、健康に学業に専念できるよう努めてまいります。ご支援の程、何卒よろしくお願い致します。

### 学生健康診断の結果で「C-2：要受診」となったら？

C-2（要受診）と判定された人には「**C-2（要受診）**」者報告書が同封され、**その用紙を持参し受診し健康管理センターへ提出**することになっています。しかし、過去3年間の受診率は3割にとどまっています。医師が、医療機関での精密検査や治療が必要な状態（病気が疑わしい点がある）と判断していますので**必ず受診してください**。特に**血液・尿検査は1・4年生時しか実施しませんので、受診の機会を逃さないように**しましょう。



なお、血圧・視力の場合は、健康管理センターで再検査が可能です。受診の前に再検査してみましょう。



※R2は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため2・3・5・6年生については胸部X線撮影のみ実

TEL:019-651-5111(代表) 内線 5019/5022(矢巾) ホームページ: <http://w3j.iwate-med.ac.jp/kenkou/index.html>

E-mail: [kenkou@j.iwate-med.ac.jp](mailto:kenkou@j.iwate-med.ac.jp) (健康管理センター代表) [shinrisoudan@j.iwate-med.ac.jp](mailto:shinrisoudan@j.iwate-med.ac.jp) (相談室専用)

[hokenshisoudan@j.iwate-med.ac.jp](mailto:hokenshisoudan@j.iwate-med.ac.jp) (保健師専用)

発行:岩手医科大学 健康管理センター