

禁煙してみませんか？

2020年2月より当院では**禁煙外来**をスタートしました。

禁煙によって期待される変化



禁煙後20分・・・心拍数が落ち着く

12時間・・・血中の一酸化炭素が正常値になる

2週間～3カ月・・・心臓発作のリスクが低下し始める
肺機能が改善し始める

1～9ヶ月・・・咳・息切れが改善

5～15年・・・脳卒中のリスクが非喫煙者と同等になる

「タバコをやめたい！」
と考えたら、
ぜひご相談ください。

