

禁煙教室
2月
テーマ

禁煙をサポートする 心理的対処

2月25日（火） 12:15~12:45

場所 入院棟 A 1階・レセプションルーム

講師 竹下 保稔（精神神経科看護師）

「あなたの生活に煙草がないとしたら？」

煙草がある生活、何年もその生活を続けている方にとって、生活が変化することは怖く、難しいことと感じるかもしれません。しかし、煙草をやめた後にはまた違う新しい生活が始まり、それは、今よりも心地が良いものかもしれません。少し変化を始めてみませんか。

講義前後に、呼気CO濃度の測定が体験できます

この検査は、タバコに含まれる有害物質が、どのくらい体内に残っているか調べるものです。マウスピースから測定器へ息を吹き込むだけで、すぐに結果がわかります。

どなたでも
参加できます

通院中、入院中の患者さん、患者さんのご家族、職員の皆さん など…
右記の開催場所に、当日直接お越し下さい。



1階

会場はこちらです

出入り自由です

主催 禁煙外来チーム
共催 東大医師会