



デンタル小町が通る

根本京子⑦

ねもと歯科クリニック院長



たばこは無縁だったこともあり、10月1日からのたばこ増税については、全くの他人事でした。でも「今月初めから禁煙しているのです、今までについた口の中のヤニをきれいにさっぱり落としてほしい」とある患者さんに頼まれてか

ら同じ週に同様の依頼が更に2件あったため、「おおっ、増税を機に禁煙に挑戦する人が増えたってニュースで言っていたけど、本当だったのね」と実感しました。

次の週も嬉しいことに皆さんが禁煙続行中。そのうちの一人の患者さんが、「先生、た

る方がいますよ」とさりげなく伝えると、表情が一瞬で明るくなり、「絶対に頑張る！」と言ってくれました。ぜひとも、禁煙に成功してほしいです。

私は今まで、口腔内へのたばこの害ばかりを一方的に話してしまっていたことを反省

禁煙の効能

ばこを止めてからしばらくは

しました。

禁断症状が強くてねえ、肺をガバツとこじあけられてエイリアンが中から飛び出てくるような感じだったよ。それは辛かったねえ」と打ち明けてくれました。

3人は互いに面識がないので、「他にも一緒に頑張ってい

「いろいろと調べてみたら、1日1箱吸っている人がその分貯金したとすると、3カ月でのんびり温泉旅行へ行けるくらい、1年で国内旅行、5年で海外旅行、そして10年です」と100万円以上貯まるそ

うですよ。あなたにはどんな

嬉しいことが起こりそうですか？」など、これからは「禁煙するとこんなに嬉しいことがあります」と禁煙後の素晴らしさをどんどん伝えていきたいと思います。また、患者さんが自らの意思で動き出すまで待つてみようとも思いました。

そんなことを小学生の息子と話していたら、たばこの吸い殻が家の前に捨ててあったのを見て、「もうっ！ 僕がも

し総理大臣になったら、国中禁煙地域にしちゃう」と怒っております。

そこで、「総理大臣になる前にまずは学級委員長をやってみたら？」と私が言うのと、「うん、その前に班長だな」と。実現はかなり遠い話になりそうです。