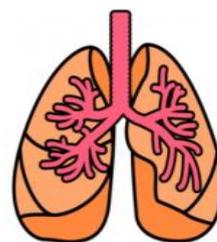


大切な肺を守りましょう



シーオーピーディー

COPD(慢性閉塞性肺疾患)

ご存知ですか？

空気中の有害物質(主にタバコの煙)を長期間にわたり、吸い込むことで、肺や気管支に炎症が起き、呼吸しづらくなる状態。



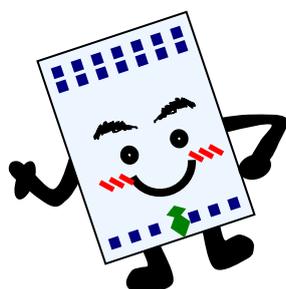
<COPDの危険度チェック>

あてはまる項目にチェックしてみましょう！

- 慢性的にせき、たんが出る
- 息切れしやすい
- 風邪が治りにくい
- 呼吸のたびにゼーゼー
ヒューヒューとなる

40歳以上の方で
喫煙習慣のある方、
喫煙習慣のあった
方は特に注意!!

チェックのつく方は早めに
医療機関で受診しましょう。



皆様の健康づくりに役立てていただくための「職場出前講座」実施中！
お気軽にお問い合わせください。

長野市保健所健康課
新・健康ながの21職場推進部会
電話: 226-9960 FAX: 226-9982

