

日本看護協会は、国民への質の高い医療の提供を目的に資格認定制度を創設し、28年が経ちました。特定の専門看護分野の知識・技術を深め、保健医療福祉の発展に貢献し併せて看護学の向上をはかることを目的として14分野・3,316名の専門看護師と、看護現場における看護ケアの広がりや質の向上をはかることを目的に40分野・24,096名の認定看護師を社会に送りだしています。その中には、特定行為研修を組み込んだ新たな認定看護師教育制度で学んだ認定看護師が3,745名※います（2023年12月現在）。宮崎県内では、専門看護師12名（3分野）と認定看護師172名（28分野）が活動し、特定行為研修を修了した認定看護師は18名※となり、より専門性の高い看護を提供しています。

宮崎県看護協会は、県民の皆様にも県内で活動する専門看護師・認定看護師の活動を広く知っていただき、皆様のお役に立てるような情報を発信する活動を行っています。（※再掲）

## 手術前の禁煙はなぜ必要なのでしょう？

手術看護認定看護師 黒木 麻莉（宮崎県立宮崎病院）

手術を受けるとなると、医師や看護師より「禁煙」のお話があると思います。喫煙習慣がある患者さんは、全身麻酔や手術にともなう合併症（狭心症、脳梗塞などの血栓症、術後肺炎、手術の傷が治りにくい等）や死亡のリスクが3～5倍も高まるためです。

近年普及している加熱式タバコも、紙タバコと同様にリスクがあると言われていています。また、同居家族の喫煙も同様に受動喫煙によって、手術を受ける患者さんにリスクを与えるため、同居家族の禁煙が必要となります。

手術前からの禁煙により、手術に関する様々なリスクを減らすことができます。禁煙期間は**長ければ長くなるほど良い**とされています。（下の図参照）

手術を受けることが決まりましたら、なるべく早い時期から禁煙をして頂くことが大切です。禁煙に自信がない方は、施設によっては禁煙外来などの利用ができる場合がありますので、病院の医師や看護師にご相談ください。

安全な手術のためにも手術前の禁煙を一緒に頑張りましょう！

禁煙期間	期待される効果
12～24時間	血液中の一酸化炭素やニコチン濃度が正常になる
2～3日	血液中の酸素濃度の改善 喉の調子が良くなる
1～2週間	咳や痰が少なくなる
3～4週間	心臓の機能改善 創の治りやすくなる
4～8週間	肺の機能が改善
8～12週間	手術後の合併症や死亡率が非喫煙者と同レベル