

4月1日、禁煙外来ははじめます



やめたくてもやめられない喫煙習慣を「**ニコチン依存症**」といい、治療が必要な病気とされています。

医師や看護師のアドバイスを受けながら、患者さんに合った薬を使うことで、「**比較的楽に**※1」「**より確実に**※2」「**あまりお金もかけずに**※3」禁煙することができます。

※1. 禁煙補助剤により、離脱症状を抑えます

※2. 禁煙補助剤を使用すると、自力での禁煙に比べ2～3倍、禁煙の可能性がアップします

※3. 健康保険（自己負担3割）による禁煙治療とたばこ代の比較（いずれも12週分の費用）

ニコチンパッチ（貼り薬）	約 13,000 円	VS	たばこ代（1箱 400円、1日1箱と仮定）	33,600 円
バレニクリン（飲み薬）	約 20,000 円			

以下の条件を満たした方は、健康保険による禁煙治療が可能です。

- ①外来患者さんで、直ちに禁煙しようと考えている方
 - ②スクリーニングテスト（TDS）によりニコチン依存症と診断された方（下記参照）
 - ③35歳以上の方は、ブリンクマン指数（1日の喫煙本数×喫煙年数）が200以上である方
（35歳未満の方は、ブリンクマン指数が200未満でもOKです）
 - ④禁煙治療を受けることを文書により同意された方
 - ⑤再び禁煙治療をはじめるときは、他院も含め前回の禁煙治療開始日より1年以上経過していること
- スクリーニングテスト（TDS） ※「はい」が5つ以上で、ニコチン依存症と診断されます。**

問1. 自分が吸うつもりよりも、ずっと多くたばこを吸ってしまいましたか。

問2. 禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありますか。

問3. 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、たばこがほしくてたまらなくなることがありましたか。

問4. 禁煙したり本数を減らしたときに、次のどれかがありましたか。

【イライラ、神経質、落ち着かない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が速い、手の震え、食欲または体重増加】

問5. 問4でうかがった症状を消すために、またたばこを吸い始めることがありましたか。

問6. 重い病気にかかったときに、たばこはよくないとわかっているのに吸うことがありましたか。

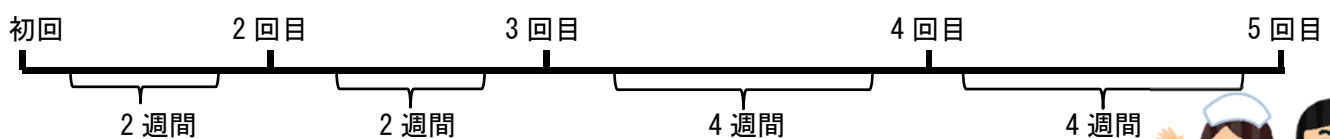
問7. たばこのために自分に健康問題が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか。

問8. たばこのために自分に精神的問題が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか。

問9. 自分はたばこに依存していると感じることがありましたか。

問10. たばこが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度かありましたか。

治療スケジュール 3ヶ月間、合計5回の受診が必要になります。



禁煙外来は**予約制**です。まずは気軽な気持ちで、ご連絡ください。

【診療日】 初回 毎週月曜・金曜 12:00
2回目以降 毎週月曜・木曜・金曜 11:00、12:00

（ご予約は 0268-68-2036 平日14:00～17:00にお願いします）

