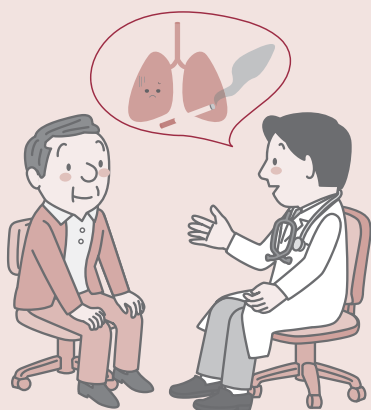


禁煙外来について

禁煙外来とは、定期的に通院し禁煙補助薬を使用しながら医師や医療スタッフと禁煙治療を行う外来のことです。

タバコが有害であるということは、今や小学生でも知っていることです。しかし一度タバコを吸い始めてしまうと「ニコチン依存症」という、やめたいのにやめられないという喫煙習慣に陥ります。タバコを吸っている人の約70%は「ニコチン依存症」です。タバコをやめたいのにやめられないのは、意志の弱さのせいだけではなく、ニコチンの持つ強い依存性が原因です。「ニコチン依存症」は病気であり、意志の力だけで治せるものではありません。



健

康

通

信

常陸大宮済生会病院

内科

中井川 真季 先生

<禁煙治療を健康保険等で受けるための4つの要件>

- 1 ニコチン依存症を診断するテストで5点以上
- 2 1日平均喫煙本数×喫煙年数=200以上※
※ただし35歳未満はこの条件を満たさなくてよい
- 3 直ちに禁煙を始めたい
- 4 禁煙治療を受けることを文書で同意する

禁煙治療は、初回診察を含め全5回・12週間が保険で治療できる期間です。上の条件を満たさない場合や12週間後も治療を続けたい場合は、自費（保険外）での診療も可能です。

治療で使用する薬は、飲み薬と貼り薬があります。薬局でも禁煙補助薬としてガムや貼り薬を売っていますが、病院で処方される薬を使用するほうが成功率は高くなっています。

治療にかかる費用は、診察代、検査代、薬代含めて、3割負担の方でも全5回分16,000～20,000円程度です。1日1箱タバコを吸う人なら、8～12週分のタバコ代より禁煙外来の治療費のほうが安く、健康にもよいということになります。

タバコは自分だけでなく周囲の人の健康も害します。今までなかなかタバコをやめられなかった人、これからタバコをやめてみたいと思う人、ぜひ禁煙外来で禁煙してみませんか。

～ 禁煙は愛です ～