

保険診療で禁煙治療を受ける条件

以下の4項目に該当する場合は、
「禁煙外来」の対象者になります。

- ①ただちに禁煙しようと考えている
- ②ニコチン依存症のスクリーニングテストが5点以上

ニコチン依存症スクリーニングテスト	はい	いいえ
1. 自分が吸うよりも、ずっと多くタバコをすってしまうことがありましたか		
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したか		
3. 禁煙や本数を減らしたときに、タバコがほしくてたまらなくなることがありましたか		
4. 禁煙や本数を減らそうとしたときに、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、脈が遅い、手の震え、食欲または体重増加		
5. 上の症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか		
6. 重い病気にかかって、タバコはよくないものと分っているのに吸うことがありましたか		
7. タバコのために健康問題が起きていると分っていても吸うことがありましたか		
8. タバコのために精神的問題が起きていると分っていても吸うことがありましたか		
9. 自分はタバコに依存していると感じることがありましたか		
10. タバコ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		
合計		

→判定：5点以上の場合、タバコ依存症である可能性が高い。

- ③1日の平均喫煙本数×喫煙年数が200以上

本数	×	年数	=	合計
----	---	----	---	----

- ④禁煙治療を受けることを文書により同意出来る方

※過去1年以内に保険を使った禁煙外来を受診している方は保険での治療はできません。



タバコが原因で、
日本では年間約13万人の
人が死亡しています。

日本人の死因の約6割を占める三大疾病（がん、心疾患、脳卒中）に大きく影響するのが喫煙習慣。

タバコが体に悪いのはわかっている。吸える場所も減って、肩身が狭い思いもしている。それでも禁煙に踏み切るのは難しいのはなぜでしょう？

禁煙が困難なのは、タバコに含まれるニコチンが、思考を支配する薬物であり、喫煙者の7割以上が、「ニコチン依存症」になっているからです。タバコは、“気合い”や“努力”だけでは、なかなかやめられないように出来ています

努力や根性のツライ禁煙は卒業！
禁煙外来で楽にチャレンジ！

禁煙外来 のご案内



【作成】

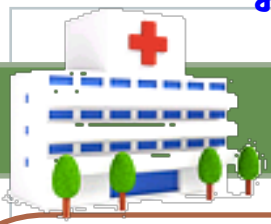
くまもと禁煙推進フォーラム



<http://square.umin.ac.jp/nosmoke/>

お近くの **禁煙外来** を今すぐチェック!

禁煙外来 検索



禁煙外来の流れ

貼り薬による治療

※ 基本的な薬剤処方期間は **8週間**です。

● 禁煙外来スケジュール ●



◆ニコチネル TTS
2週間分処方

◆ニコチネル TTS
2週間分処方

◆ニコチネル TTS
4週間分処方

◆ニコチネル TTS 処方
必要に応じて 10 週まで
自費で処方可能です。



初回
受診

◆初診時カウンセリング
◆体重・身長測定
◆呼吸テスト
◆うつ病確認
など

2 週目
再診

◆カウンセリング
◆体重測定
◆体調チェック
◆呼吸テスト
など

4 週目
再診

◆カウンセリング
◆体重測定
◆体調チェック
◆呼吸テスト
など

8 週目
再診

◆カウンセリング
◆体重測定
◆体調チェック
◆呼吸テスト
など

12 週目
再診

◆カウンセリング
◆体重測定
◆体調チェック
◆禁煙終了証発行
など

ゴール



◆チャンピックス
2週間分処方
※スタートパックにそって服用

◆チャンピックス
2週間分処方

◆チャンピックス
4週間分処方

◆チャンピックス
4週間分処方

◆チャンピックス
必要に応じて 24 週まで
自費で処方可能です。



※ 基本的な薬剤処方期間は **12週間**です。

飲み薬による治療



禁煙外来の金額

- 禁煙外来5回受診（12週間治療）の合計金額（目安）です。
- 金額には、診察代・処方箋代・薬代が含まれます。

	3割負担	1割負担	全額自己負担
貼り薬（ニコチネル TTS）	約13,000円	約4,300円	約43,000円
飲み薬（チャンピックス）	約19,000円	約6,300円	約63,000円

☆詳細な金額は、お近くの禁煙外来へお尋ねください! ☆

高血圧で治療中のみなさん!
定期的に通院して、高いお金を払い、
血圧の薬を飲んでいても、
タバコを吸ってはいは**もったいない!**

タバコを吸うと、血管が収縮し、血圧が上昇するだけでなく、動脈硬化や、動脈硬化が原因でおこる脳卒中や心筋梗塞、慢性腎臓病（全国的にみても熊本は人工透析者数が多い）のリスクも高まります。
血圧のコントロールをしたいなら、薬も大切だけど、まずは禁煙に取り組みましょう!

肺の健康のために禁煙を!
COPD（慢性閉塞性肺疾患）は、長年タバコの煙を吸い続けたことで、肺の炎症により、肺胞が壊れていく病気です。（一度壊れてしまった肺胞は元には戻りません!）
COPDの原因は90%以上がタバコです。進行すると息切れや慢性の咳・痰の症状が現れますが、ゆっくり進行するので、早期には気づきにくいのが特徴です。
禁煙することで、病状の進行がストップし、痰が減ります!今すぐ禁煙に取り組みましょう!

生活習慣病対策の標語

1に運動
2に食事
しっかり**禁煙**
最後にクスリ

