

禁煙外来のご案内

2008年5月1日から諏訪赤十字病院での禁煙治療が保険適応されました。喫煙を単なる習慣や嗜好と考えるのではなく、ニコチン依存症という病気としてとらえ、必要な治療を行うという考え方です。治療は一定の条件を満たした場合、どなたでも受けることができます。思い切って禁煙に挑戦してみましょう。

保険診療の対象となる方

- 1) 現在タバコを吸っていて、ただちに禁煙したいと考えている方
 - 2) ニコチン依存症スクリーニングテスト（TDS）でニコチン依存症と診断された方
（TDS 5点以上をニコチン依存症と判断します）
 - 3) 35歳以上は1日平均喫煙本数×喫煙年数が200以上の方
35歳未満はご希望のある方
 - 4) 禁煙治療を受けることを文書により同意している方
 - 5) プログラムに沿った5回の受診が可能な方
- ※ 以上の条件をすべて満たした場合に保険適用の治療を行います



診察日時：午後3：30～ *初回のみ午後3時～（火～金）

場 所：健診センター

※ 完全予約制です。予約、お問い合わせは健診センターまでお願いします。

Tel 0266-57-6042（健診センター直通）



やってみよう！！ ニコチン依存症スクリーニングテスト(TDS)

設 問 内 容	はい 1点	いいえ 0点
自分が吸うつもりよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまっていましたか		
禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかつたことがありましたか		
禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてたまらなくなることがありましたか		
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、落ちつかない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手のふるえ、食欲または体重増加）		
上記でうかがった症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか		
重い病気にかかったときに、タバコ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		
タバコ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		
タバコのために自分に精神問題 ^(注) 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		
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		
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		
※合計得点が5点以上をニコチン依存症と判断します	合 計	

(注) 禁煙や本数を減らしたときに出現する離脱症状(いわゆる禁断症状)ではなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抑うつなどの症状が出現している状態。

標準禁煙治療プログラム

3ヶ月で禁煙できます!!

標準的な禁煙治療プログラムでは、12週間にわたり計5回の禁煙治療を受けます。初回診療で、医師と相談して禁煙開始日を決定します。初診から2週間後、4週間後、8週間後、12週間後に受診します。禁煙を実行し継続するために、処方やアドバイスを受けます。



費用はいくらかかるの？

**1日1箱吸うと1ヶ月で約1万2千円
1ヶ月半のタバコ代で治療できます!!**

		ニコチンパッチの場合		バレニクリンの場合	
		費用	自己負担額 (3割負担として)	費用	自己負担額 (3割負担として)
診療所	初診料+再診料	7,780円		7,780円	
	ニコチン依存症管理料	9,620円	5,830円	9,620円	6,040円
	院外処方せん料	2,040円		2,720円	
保険薬局	調剤料	2,860円	7,250円	6,160円	13,620円
	禁煙補助薬	21,320円		39,230円	
合計		43,620円	13,080円	65,510円	19,660円

※あくまでも目安とお考えください。

(禁煙治療のための標準手順書第6版より)

禁煙の薬ってどんな薬？

禁煙のための補助薬であるニコチンパッチ、ニコチンガムまたはバレニクリンが使えます。これらの薬は禁煙後の離脱症状をおさえ、禁煙を助けてくれます。バレニクリンは喫煙による満足感もおさえます。ニコチンパッチ、ニコチンガムを使うと禁煙の成功率が各々約1.7倍、1.4倍、バレニクリンを使うと約2.3倍高まります。

ニコチンパッチ	ニコチンガム	バレニクリン
<ul style="list-style-type: none"> ● 健康保険が使えます ● ニコチンを皮膚から吸収させる貼り薬です ● 毎日1枚皮膚に貼り、離脱症状を抑制します ● 禁煙開始日から使用し、8週間の使用期間を目安に貼り薬のサイズを大きいものから小さいものに切り替えて使用します ● 高用量の剤形は医療用のみです 	<ul style="list-style-type: none"> ● 薬局薬店で購入します ● 口の中の粘膜からニコチンを吸収させるガム剤です ● タバコを吸いたくなった時に、1回1個をゆっくり間をおきながらかみ、離脱症状を抑制します ● 禁煙開始日から使用し、12週間の使用期間を目安に使用個数を減らしていきます 	<ul style="list-style-type: none"> ● 健康保険が使えます ● ニコチンを含まない飲み薬です ● 禁煙時の離脱症状だけでなく、喫煙による満足感も抑制します ● 禁煙を開始する1週間前から飲み始め、12週間服用します

