

禁煙はいつ始めても遅くありません！

「たばこは体に悪い」「やめたいとは思っているが、なかなかできない」という方！
禁煙外来を利用した禁煙に取り組んでみませんか？

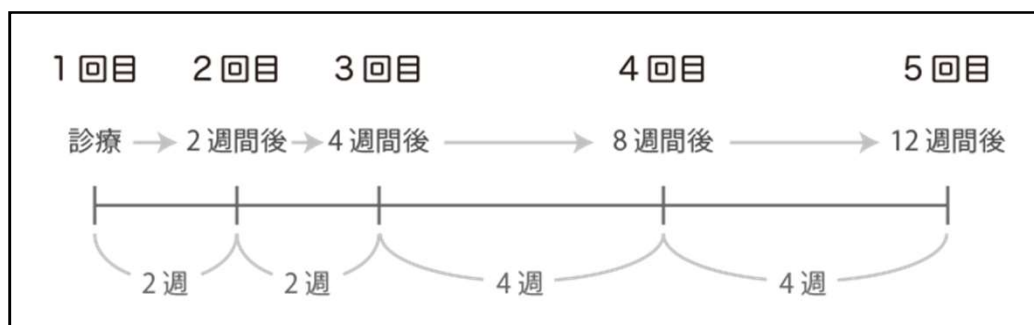
健康保険を利用して禁煙治療を受けられる対象

以下の要件をすべて満たし、医師がニコチン依存症の管理が必要であると認めた方

1. 「禁煙治療のための標準手順書」に記載されているニコチン依存症に係るスクリーニングテスト（TDS）で5点以上、ニコチン依存症と診断された方
2. 35歳以上の場合、ブリンクマン指数（＝1日の喫煙本数×喫煙年齢）が200以上の方
3. 直ちに禁煙することを希望されている方
4. 「禁煙治療のために標準手順書」に則った禁煙治療について説明を受け、当該治療を受けることを文書により同意された方

治療の流れ

健康保険を使った禁煙外来は、12週間に5回のプログラムです。



治療内容

1. 問診（ニコチン依存度の判定）
2. 呼気一酸化炭素濃度測定
3. ニコチン依存度に合わせた薬の処方
4. 禁煙実行・継続に向けてのアドバイス

〈禁煙効果〉

- ・たばこのにおいがなくなった。
- ・せきや痰がなくなった。
- ・顔色や胃の調子が良くなった。
- ・目覚めがさわやかになった。

治療費

治療内容によりますが、
12週間で
13,000～20,000円程度です。

1日分のたばこ代と比較して、どちらがお財布にやさしいか比べてみましょう。
(1日のたばこ代) × (84日)

※7日×12週間＝84日

