

ひまわりクリニックきょうごく

# ひまわり便り 第3号

今月号は、ひまわりクリニックが取り組む予防医療の一つとして、5月からスタートしました「禁煙外来」についてご紹介いたします。

## 禁煙治療とは

喫煙を「ニコチン依存症」という病気とみなし、必要な治療によって禁煙しやすくすることです。厚生労働省の定めた基準と日程に従えば、健康保険が使えます。

## 具体的にどのような治療を行うの？

- 呼気一酸化炭素濃度を測定  
体内に取り込まれているタバコに含まれている有害物質のひとつである一酸化炭素の取り込み状況を示す検査を行います。
- 禁煙開始・継続するために医師や看護師からアドバイスを受けます。
- 禁煙補助薬を使用し、イライラなどの離脱症状を和らげます。

## 誰でも治療を受けられるの？

厚生労働省の定める保険診療のための条件が全て満たされていないとはいけません。

- 条件1 直ちに禁煙しようと考えていること
- 条件2 TDS（ニコチン依存症を判定するテスト）によりニコチン依存症と診断されていること
- 条件3 ブリンクマン指数（一日の喫煙本数×喫煙年数）が200以上あること
- 条件4 当該治療を受けることを文書により同意していること
- 条件5 1年以内に保険診療での禁煙治療（初回）を受けていないこと

\*禁煙治療に関する問診票に答えていただくことで、  
保険適用条件が満たされているか確認します。



## 治療期間はどのくらい？

厚生労働省の定める保険診療の期間は、外来診療合計5回の12週間です。この他に、当クリニックでは患者様に禁煙外来をよりご理解いただき有効に治療に入るため、十分な説明と相談の機会としての診察をおすすめしています。

## 治療にかかる費用はどのくらい？

診察回数、禁煙補助薬の種類・使用期間によって異なります。3割負担のかたで、おおよそ12,000円～20,000円程度です。

タバコを吸うのは、趣味・し好・習慣ではなく、麻薬や覚醒剤の使用と同じ依存症（病気）です。今まではやめられなかったとしても、意志が弱いわけではありません。今では色々な禁煙の方法が開発されて、きちんと「病気」として必要な治療を受けることができます。禁煙に必要なものは、意志や根性ではなく、正確な知識と正しい方法です。

また、タバコに対する「心理的依存（習慣）」、イライラなどの離脱症状（禁断症状）を起こす「ニコチン依存」は、医師やお薬の力を借りなくては克服しづらいものです。禁煙外来では、医師や看護師が身体・精神的にサポートし、禁煙できるように導いてくれます。

# ひまわりクリニックきょうごく禁煙外来の担当スタッフです

あなたやあなたのご家族の健康をサポートいたします！！



佐々木主任看護師    横山主任看護師    岩田医師    師井医師    藤田看護師長

## ご予約・お問い合わせ

禁煙外来は、現在毎週金曜日に行っています。予約制になりますので、関心のある方はまずはお電話でお問い合わせ下さい。

ひまわりクリニックきょうごく    TEL : 0136-42-2161

(受付時間 平日 9時00分から16時30分まで)

