

☆ 禁煙外来のご案内

「禁煙をしたいけど、なかなか止められない…」

そんな方のサポートをするのが「禁煙外来」です。

大切な人のため自分のため「禁煙しようかな…」と思った時に、専門スタッフと一緒に治療をはじめましょう。

○ 「禁煙治療」は保険診療で受けられます

ニコチン依存症は病気です。次の条件を満たす場合、保険診療となります。

1. すぐに禁煙を始めたいと思っている
2. 禁煙治療を受けることを文書で同意している
3. ニコチン依存症判定テストが5点以上 → [「ニコチン依存症テスト」](#) ●[クリック 1](#)
4. 1日の喫煙本数×禁煙年数=200以上（プリンクマン指数） ※35歳以上の場合

○ 「禁煙治療」とは

当院では、チャンピックスという禁煙補助薬を使用します。

禁煙を始めると、一般に離脱症状（吸いたい欲求が強くなる、イライラする、落ち着かない、物事に集中できない 等）が現れます。チャンピックスはこれらの症状を軽くし、禁煙の成功率を上げることができます。（原則1日2回、12週間内服）

○ 「禁煙治療」のスケジュール → [「治療スケジュール詳細」](#) ●[クリック 2](#)

12週間の受診が基本となります。その間、計5回の受診をしていただきます。

治療中、最も注意が必要なのは「医師に相談なく治療を中断してしまう」ことです。

1度で「禁煙」に至らなくても、治療は最後まで継続しましょう。

※ 治療後に喫煙してしまっても、1年後にはもう一度治療に再挑戦できます。

【禁煙治療を考えている方への注意点】

① 禁煙治療が、その他の治療中の病気に影響を与える場合があります。

禁煙治療を受ける前に、**必ず主治医に相談**してください。

② 過去にチャンピックスを内服中の方で、まれに“めまい、傾眠、意識障害等”が出現した事例が報告されています。

禁煙治療期間中は安全のため、**“自動車の運転等危険を伴う機械操作はしない”**ことをお約束いただきます。

○ 禁煙治療のご相談は下記まで

禁煙外来窓口：星総合病院 健康管理センター

禁煙外来担当：保健師 佐藤

ご連絡先：024-983-5518

●クリック 1

☆ ニコチン依存症テスト (TDS)

• 既に禁煙を開始している方は、喫煙していた時の状況を思い出しお答えください。

	設問内容	はい (1点)	いいえ [0点]
問1	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うことがありましたか？		
問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？		
問3	禁煙や本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてほしくてたまらなくなることがありましたか？		
問4	禁煙したり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）		
問5	問4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？		
問6	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？		
問7	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？		
問8	タバコのために自分に精神的問題（※）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？		
問9	自分はたばこに依存していると感じることがありましたか？		
問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			

●クリック2

☆ 禁煙治療スケジュール

