



## 禁煙外来のご案内

タバコの煙には、**発がん性**を有する化学物質が多く含まれています。タバコの煙に含まれている活性酸素は、血管内皮細胞を障害するため動脈硬化が促進され、**心筋梗塞・脳梗塞**などの疾患のリスクが増加します。その他、**肺気腫**や妊娠中の喫煙に伴う**乳幼児突然死症候群**や**先天異常**の危険性も高まることが判っています。

当院は敷地内禁煙で、禁煙治療が保険適応となります。

『禁煙したいけれど、なかなか止められない…』そんなあなたへ

私たちが禁煙のお手伝いをさせていただきます！お気軽に禁煙外来へお越しください☆

### ◆禁煙外来を健康保険で受診する為には次の5項目をすべて満たしていることが条件です。

- ①TDS（ニコチン依存症を診断するスクリーニングテスト）が、5点以上であること
- ②1日の平均喫煙本数×喫煙年数（プリンクマン指数）が200以上であること
- ③ただちに禁煙しようと考えていること
- ④禁煙治療について説明を受け、禁煙治療を受けることを文書により同意していること
- ⑤初めて禁煙治療を受ける方。もしくは前回の禁煙治療から1年経過している方

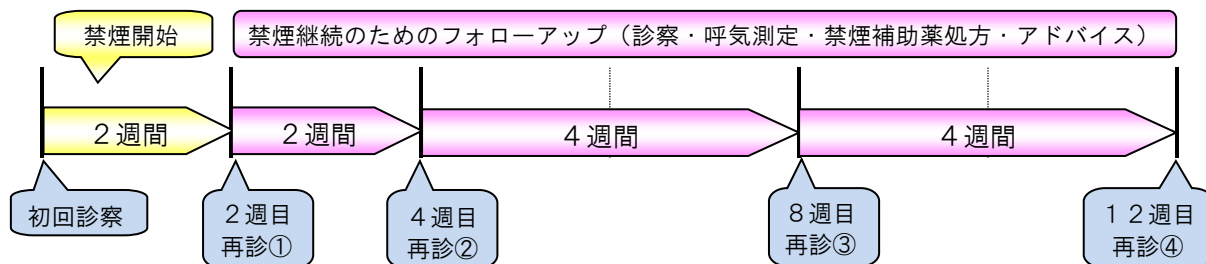
▼セルフチェックシート▼

ニコチン依存症 & プリンクマン指数

← Click !

※上記の条件を満たさない場合は、全額自己負担となりますので、ご了承ください。

### ◆禁煙治療は12週間に5回の診療を行います。



まず、初回治療前の問診・診察で、禁煙治療のための条件の確認を行い、患者さんと話し合って禁煙開始日を決定します。初回診察から2週間後、4週間後、8週間後、12週間後の診察で、禁煙補助薬の処方を受けるほか、息に含まれる一酸化炭素の濃度を測定したり、禁煙状況に応じてアドバイスをを行います。

### ◆医師と相談のうえ、禁煙補助薬を決定します。

#### ★ チャンピックス（飲み薬）

\* 離脱症状をやわらげ、タバコを「おいしい」と感じにくくします。

\* 服用量を徐々に増やしていきます。

1週	2～12週	
1～3日目	4～7日目	8日目以降
0.5mg 錠 1日1回	0.5mg 錠 1日2回	1mg 錠 1日2回

#### ★ ニコチネル TTS（貼り薬）

※チャンピックスが合わない方に使用します。

\* 1日1枚を、上腕・腹部・腰背部などの皮膚に貼って使うお薬です。

\* 皮膚からニコチンを吸収し、ニコチン離脱症状やイライラをやわらげます。

\* 徐々にサイズの小さいものに切り替えていきます。

### ◆禁煙外来にかかる費用

保険適用（3割負担）の場合、12週間の禁煙治療で、約2万円弱となります。

また、当院では紹介状をお持ちでない初診の患者様は、初診料とは別に保険外併用療養費（選定療養）として2,750円（税込）のお支払いが必要です。

当院を初めて受診される方は、できるだけ紹介状をお持ちになって受診してください。

### ◆禁煙外来の診察時間（※要予約）

■月～金曜日：午前10:00～11:00

■水曜日のみ：午後13:00～15:00

※完全予約制となっております。健診センターへお問い合わせのうえ、ご来院ください。

### ◆ご予約・お問い合わせ先

地方独立行政法人 大牟田市立病院 （4F 健診センター）

TEL 0944-53-1061(代表)

<予約受付時間> 月曜日～金曜日 8:30～17:00



## 禁煙外来セルフチェックシート

○禁煙治療を保険診療で受診する場合、以下の条件を満たしている事が必要となります。

○以下のテストと指数計算を実施していただき、禁煙外来受診日に健診センターまでお持ち下さい。

■ニコチン依存症管理料算定の対象患者

① **TDS: Tabacco Dependence Screener** (ニコチン依存症スクリーニングテスト) 【5点以上】

設問内容	はい 1点	いいえ 0点
1 自分が吸うよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまう事がありましたか。		
2 禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかった事がありましたか。		
3 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてほしくてたまらなくなる事がありましたか。		
4 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、次のいずれかの症状がありましたか。 (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、手のふるえ、食欲または体重増加)		
5 問4の症状を消すために、またタバコを吸い始める事がありましたか。		
6 重い病気にかかったときに、タバコはよくないと分かっているのに吸う事がありましたか。		
7 タバコのために自分に健康問題が起きていると分かっているのに、吸う事がありましたか。		
8 タバコのために自分に精神問題※1 が起きていると分かっているのに吸う事がありましたか。		
9 自分はタバコに依存していると感じる事がありましたか。		
10 タバコが吸えないような仕事やつきあいを避ける事が何度かありましたか。		
※1 禁煙や本数を減らした時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。	<b>合 計</b>	

② **ブリンクマン指数**

$$\begin{matrix} \text{(喫煙本数/日)} & & \text{(喫煙年数)} & & \text{(指数)} \\ \boxed{\quad\quad\quad} \text{本} & \times & \boxed{\quad\quad\quad} \text{年} & = & \boxed{\quad\quad\quad} \dots 200\text{以上} \end{matrix}$$

③ **直ちに禁煙しようと考えていますか?**

はい (考えている)       いいえ (考えていない)

④ **禁煙治療を受けることに同意されますか?**

はい (同意します)       いいえ (同意しません)

⑤ **初めて禁煙治療を受ける、もしくは前回の禁煙治療から1年経過していますか?**

初めて       1年以上前に禁煙治療を受けた       1年以内に禁煙治療を受けた