

## 禁煙外来って？

禁煙外来は、たばこをやめたい人のために設けられた専門外来です。

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、必要な治療を行います。

一定の基準を満たす場合は、健康保険が適用されます。



### e-ヘルスネット (厚生労働省)

保険適用の要件や禁煙治療の内容、禁煙治療に保険が使える医療機関情報はこちらから






## 標準禁煙治療のスケジュール



## 禁煙の薬ってどなんくすり？

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"> <li>健康保険が使えます。</li> <li>ニコチンを皮膚から吸収させる貼り薬です。</li> <li>毎日1枚皮膚に貼り、離脱症状を抑制します。</li> <li>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が大きいものから小さいものに切り替えて使用します。</li> <li>高用量の剤形は医療用のみです。</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>薬局薬店で購入します。</li> <li>口の中の粘膜からニコチンを吸収させるガム製剤です。</li> <li>タバコを吸いたくなったら時に、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。</li> <li>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。</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>健康保険が使えます。</li> <li>ニコチンを含まない飲み薬です。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> </ul>

\*一般用医薬品にもニコチンパッチがありますが、ここでは医療用のニコチンパッチについて説明しています。

出典：禁煙治療の標準手順書第7版

### <連絡事項>

- ストレスチェックの実施 (期間 10月17日 (月) ~31日の間)
- インフルエンザワクチンの早期接種
- 冬用タイヤへの付け替え