

# 禁煙治療を受けるには？

## 1 禁煙治療を健康保険等適用で受ける条件

下記(1)～(6)の条件をすべて満たした方は、12週間に5回の禁煙治療に健康保険等が適用されます。(下記の条件に当てはまらない方も、全額自己負担で禁煙治療を受けることはできます。)

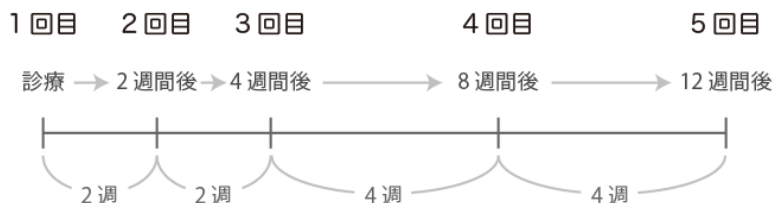
- (1) TDS ニコチン依存度テスト(☆)で5点以上で、ニコチン依存症と診断された方。
- (2) 35歳以上の方：ブリンクマン指数（1日の喫煙本数×喫煙年数）が200以上の方  
(H28年4月より、35歳未満の方には上記条件がなくなりました。)
- (3) 直ちに禁煙することを希望されている方。
- (4) 「禁煙治療のための標準手順書」に則った禁煙治療について説明を受け、当該治療を受けることを文書により同意された方。
- (5) 前回の健康保険適用の禁煙治療初回診療日から1年を超えている方。
- (6) 健康保険等で禁煙治療が受けられる医療機関を受診すること。

☆TDS ニコチン依存度テスト（当てはまる方に○をつけてください）

	1点	0点
(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いましたか	はい	いいえ
(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すか	はい	いいえ
(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ことがありましたか	はい	いいえ
(4) 禁煙したり本数を減らしたときに、次のどれかがあてはまりましたか (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)	はい	いいえ
(5) (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	はい	いいえ
(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	はい	いいえ
(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	はい	いいえ
(8) タバコのために自分に精神的問題（※注）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	はい	いいえ
(9) 自分はタバコに依存していると感じることがありましたか	はい	いいえ
(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	はい	いいえ
(※注) 禁煙や本数を減らしたとき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	合計	点

## 2 禁煙外来治療のスケジュール

標準的な禁煙治療のスケジュールでは、12週間にわたり合計5回の診察が行われます。



## 3 治療費の目安

処方される薬や受診機関にもよりますが、(健康保険適用で自己負担3割として) 13,000円～20,000円程度です。