

禁煙外来

つらい禁煙から**比較的楽な禁煙**へ
薬と医師のアドバイスで禁煙を目指しましょう

比較的楽に!

禁煙補助薬で禁断症状を抑えます

より確実に!

禁煙外来の利用で、成功率は7～8割

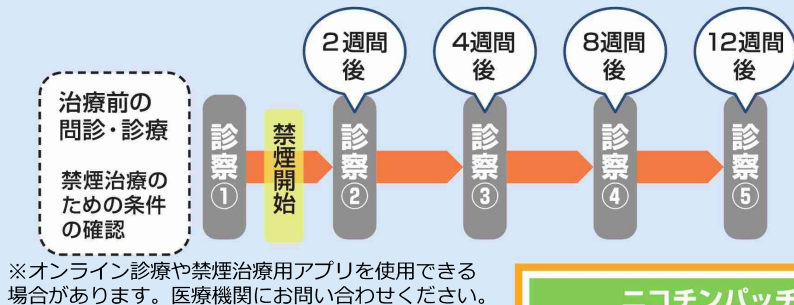
あまりお金をかけずに!

たばこ代よりも治療費が安いです
(1日1箱喫煙で12週間分の費用、保険適用時)

禁煙をすることができます。

※一定の条件を満たせば健康保険が適用されます。
(令和2年4月から加熱式タバコを吸われる方も対象になりました。)

禁煙外来の流れ



【治療内容】

- ①診察
- ②呼気一酸化炭素濃度の測定
- ③禁煙実行、継続に向けてのアドバイス
- ④**禁煙補助薬**の処方

標準的な禁煙プログラム

◎治療にかかる期間：12週間
(5回通院)

◎治療にかかる自己負担額
(保険診療の場合)
ニコチンパッチ 約13,000円
内服薬 約20,000円

※5回の通院すべてを対面で行うものと仮定
※医療機関によって金額が異なる場合があります。

ニコチンパッチ



- ニコチンを皮膚から吸収させる貼り薬
- 毎日1枚皮膚に貼り、離脱症状を抑制

バレニクリン



- ニコチンを含まない飲み薬
 - 禁煙時の離脱症状だけでなく、喫煙による満足感も抑制
- (注：現在、製造中止となっています)

やめたくてもやめられないのは
「**ニコチン依存症**」が原因です

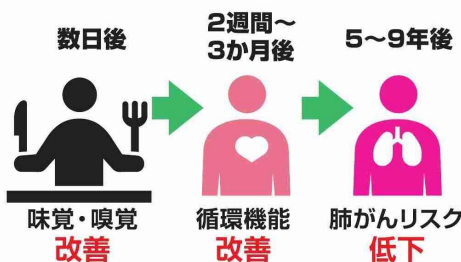
たばこは、強い依存性のあるニコチンを含みます。吸い続けると禁断症状が現れるようになり、たばこをやめたいと思ってもやめることが難しくなります。



禁煙を続けるほど健康に
失敗しても**再チャレンジ!**

禁煙効果は直後から実感できます。そして、長く続けるほど禁煙効果も大きくなります。仮に禁煙に失敗してもその経験を再禁煙へ活かしましょう。

禁煙開始から



禁煙をすれば
受動喫煙の害を与えません

日本では年間1万5千人が受動喫煙で死亡。この数は交通事故死亡者数の約4倍です。喫煙者以上に周囲の人が多くの有害物質を吸っています。

主流煙

発がん性のある化学物質
約70種

副流煙

一酸化炭素
ニコチン
アンモニア
発がん性物質