

健康保険で禁煙治療を受けることができます！

条件を満たせば、健康保険で禁煙治療を受けることができます。

健康保険で禁煙治療を受けることができる条件

健康保険で禁煙治療を受けるためには、4つの条件を満たしている必要があります。

- 条件① ニコチン依存症度テスト(TDSテスト)で5点以上、ニコチン依存症と診断された方
- 条件② ブリンクマン指数(1日平均喫煙本数×喫煙年数)が200以上の方
- 条件③ 直ちに禁煙することを希望されている方
- 条件④ 治療について説明を受け、当該治療を受けることに文書で同意された方

* 35歳未満の方については、②については条件からはずされました。(平成28年4月から)

健康保険で治療が受けられる病院を確認しましょう。

受診する医療機関を決めましょう。※予約が必要な場合もあるので、予め電話で確認しましょう。

受診する(受診回数は12週間で5回)

健康保険を使った禁煙治療は、12週間で5回の診察を受けます。飲み薬にするか貼り薬にするか医師と相談して決めます。治療方法、副作用、スケジュール等の説明をしっかり受け、最後まで治療を続けましょう。

ニコチン依存度テスト(TDSテスト)

設問内容		はい 1点	いいえ 0点
1	自分が吸うつもりよりも、ずっと多くたばこを吸ってしまいましたか？		
2	禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありますか？		
3	禁煙や本数を減らそうとしたときに、たばこ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？		
4	禁煙や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、食欲または体重の増加)		
5	4でうかがった症状を消すために、またたばこを吸い始めることがありましたか？		
6	重い病気にかかったときに、たばこ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？		
7	たばこ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？		
8	たばこ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？		
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？		
10	たばこ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			

(※)禁煙や本数を減らしたときに出現する離脱症状ではなく、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