

禁煙外来のお知らせ



健康増進法の施行により、公共の場所では受動喫煙の防止対策として禁煙化が進んでいます。このため、ぜひこの機会に「禁煙したい」とお考えの方、また、これまで何度も禁煙を試みたがどうしてもうまくいかなかった人のために、当院では、専門医が禁煙治療のプログラムに従って、禁煙のお手伝いをします。タバコをやめたいと思っている方は受診してみてもいいでしょうか。

市立三次中央病院長

項目	内容
診察日	令和5年9月から毎週 月 曜日 13時00分～（予約制）
担当医	呼吸器内科 医師
費用	健康保険の治療対象 となるには、下記の全ての要件に該当する必要があります (1) ただちに禁煙することを希望している方 (2) ニコチン依存症スクリーニングテストで5点以上の方 (ニコチン依存症と診断された方) ※別紙のスクリーニングテストをご利用ください (3) ブリンクマン指数（1日の喫煙本数×喫煙年数）が200をこえる方（34歳以下の方は不要です） (4) 禁煙治療を受けることに文書で同意していただける方 全てに該当しない方は、 自費での禁煙治療 となります
ご相談窓口	内科外来 へご相談ください 月～金曜日 9時00分～17時00分 （土日祝祭日年末年始を除く）

ニコチン依存症スクリーニングテスト

設問内容	はい 1点	いいえ 0点
問 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うことがありましたか		
問 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したか		
問 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		
問 4.禁煙したり本数を減らしたときに、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）		
問 5.問 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		
問 6.思い病気にかけたときに、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		
問 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		
問 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		
問 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		
問 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		
合 計		

⇒合計点数が5点以上なら治療が必要かもしれません

（注）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

※「禁煙治療のための標準手順書第 8.1 版」の抜粋による

ブリンクマン指数の計算方法

1. 1日平均して何本タバコを吸いますか？ 1日（ ）本
2. 何年間タバコを吸っていますか？ （ ）年間
3. 上記質問の 1日の喫煙本数×喫煙年数は？ （ ） ⇒200以上なら治療が必要かもしれません

市立三次中央病院
令和5年8月作成