

禁煙外来治療受診条件



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。自己チェックしてみましょう！

- ☐条件① 現在たばこを吸っていて、ただちに禁煙しようと考えている
- ☐条件② ニコチン依存症の診断テスト（下表）の結果が5点以上である
- ☐条件③ 医療機関で禁煙治療の同意書に署名を求められることに同意する
- ☐条件④ 35歳以上の者については、1日平均喫煙本数×喫煙年数が200以上である
例）1日平均喫煙本数20本で30年間吸っている場合、20本×30年間=600と計算

~~~~~ニコチン依存症の診断テスト~~~~~

質問項目		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うことがありましたか。		
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したか。		
3	禁煙したり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 ^{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。		
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。		
^{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。		合計	点