

## 禁煙治療のご案内

「タバコをやめたいけれど意志が弱いから…」とあきらめてはいませんか

禁煙をお考えの方、話を聞いてから考えてみたい方、等々 お気軽にご相談ください。

2006年4月から禁煙治療が保険適用されることになりました。これは喫煙を単なる習慣や嗜好と考えるのではなく、ニコチン依存症という病気としてとらえ、必要な治療を行うという考え方です。治療は一定の条件を満たした喫煙者なら、どなたでも受けることができます。

### 禁煙治療のスケジュール（禁煙補助薬内服の場合）

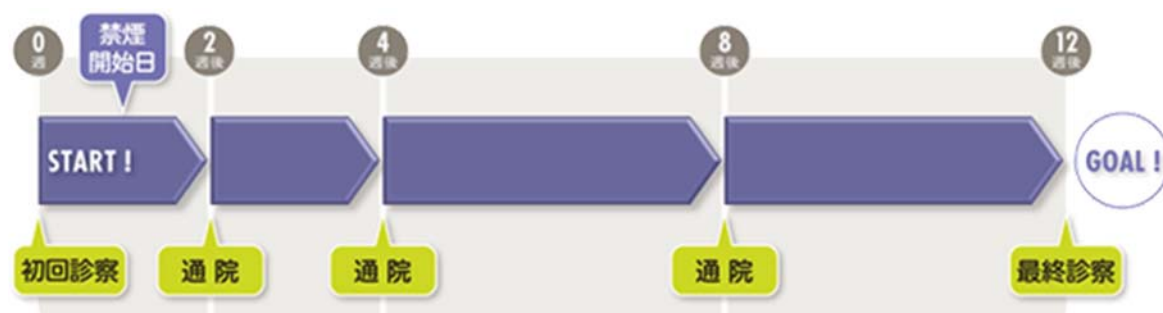
初診時に、治療前の問診・呼気一酸化濃度測定・診察、禁煙治療のための条件の確認等を行い、保険適応での治療が可能か判定させていただき、治療方法を決めます。

禁煙補助薬を使用する場合、12週間で5回の診察を受けます。

診察時は、呼気の一酸化炭素濃度を測定。喫煙状況を見ながら禁煙継続に向けてのアドバイス等を行います。

一酸化炭素は、タバコの煙に含まれる代表的な有害物質ですが、禁煙を始めればこの値は低下してゆきます。

禁煙外来での毎回の測定が楽しみになり、禁煙は成功しやすくなります。



### 禁煙治療を健康保険で受けるための条件は・・・

1. 直ちに禁煙しようと考えている方
2. タバコ依存症スクリーニングテスト(TDS)が5点以上である方
3. ブリンクマン指数(1日喫煙本数×喫煙年数)200本以上の方  
(35歳未満の方は、ブリンクマン指数が免除となりました。2016年4月改訂)
4. 禁煙治療を受けることに同意される方
5. 12週間に5回の診療プログラムに必ず受診できる方
6. 以前禁煙治療をしたことがある方は、初回受診時より1年を経過している方

## ニコチン依存症スクリーニング (TDS) 1問1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いましたか。  |
| 問 2  | 禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかつたことがありますか。  |
| 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はありませんか。  |
| 問 4  | 禁煙したり本数を減らした時に、次のどれかがありましたか。<br>・イライラ      ・神経質      ・落ちつかない集中しにくい<br>・ゆううつ      ・頭痛      ・眠気<br>・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  | 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。  |
| 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 <sup>(注)</sup> 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。   |

(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。

## 禁煙治療の費用の目安は・・・

薬の内容にもよりますが、1万 3000 円～2万円 (自己負担3割として) が目安です。

|      |                       | ニコチンパッチの場合 <sup>*5</sup> |                    | バレニクリンの場合 <sup>*5</sup> |                    |
|------|-----------------------|--------------------------|--------------------|-------------------------|--------------------|
|      |                       | 費用                       | 自己負担額<br>(3割負担として) | 費用                      | 自己負担額<br>(3割負担として) |
| 診療所  | 初診料+再診料 <sup>*1</sup> | 7,780 円                  |                    | 7,780 円                 |                    |
|      | ニコチン依存症管理料            | 9,620 円                  | 5,830 円            | 9,620 円                 | 6,040 円            |
|      | 院外処方せん料 <sup>*2</sup> | 2,040 円                  |                    | 2,720 円                 |                    |
| 保険薬局 | 調剤料 <sup>*3</sup>     | 2,860 円                  | 7,250 円            | 6,160 円                 | 13,620 円           |
|      | 禁煙補助薬 <sup>*4</sup>   | 21,320 円                 |                    | 39,230 円                |                    |
| 合計   |                       | 43,620 円                 | 13,080 円           | 65,510 円                | 19,660 円           |

<sup>\*1</sup> 禁煙のみを目的に、診療所又は許可病床数が 200 床未満、時間外対応加算、明細書発行体制等加算の施設基準に係る届出をしていない医療機関で治療を受けると仮定。再診料には外来管理加算を含むと仮定。

(注) 他の疾患の治療にあわせて禁煙治療を受ける場合、初診料および再診料については重複して支払う必要はありません。

<sup>\*2</sup> 院外処方で、禁煙補助薬のみ処方されると仮定。

<sup>\*3</sup> 処方せん受付回数か月 4000 回超かつ特定の保険医療機関からの集中度が 70%超、あるいは処方せん受付回数が月に 2500 回超かつ特定の保険医療機関からの集中度が 90%超、以外の保険薬局で調剤を受けると仮定。基準調剤加算 1・2、後発医薬品調剤体制加算 1・2 の施設基準に係る届出をしていない保険薬局。調剤基本料・調剤料のほか、薬剤服用歴管理指導料を含むと仮定。

<sup>\*4</sup> 禁煙補助薬を標準的な用法・用量で使用すると仮定 (ニコチンパッチは 8 週間、バレニクリンは 12 週間)。

<sup>\*5</sup> 上記費用は 2014 年 4 月に改定された診療/調剤報酬点数に基づいて算出。

※ たばこ 1 箱 400 円とすると・・・1ヶ月 12,000 円。3ヶ月で 36,000 円。

バレニクリンで禁煙治療をすると・・・3ヶ月で 19,660 円。

## どんな薬があるの・・・

禁煙のための補助薬であるニコチンパッチ、ニコチンガムまたはバレニクリンが使えます。これらの薬は禁煙後の離脱症状をおさえ、禁煙を助けてくれます。バレニクリンは喫煙による満足感もおさえます。ニコチンパッチ、ニコチンガムを使うと禁煙の成功率が各々約 1.7 倍、1.4 倍、バレニクリンを使うと約 2.3 倍高まります。

| ニコチンパッチ*   | ニコチンガム   | バレニクリン  |
|--|--|---|
|   |   |    |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>健康保険が使えます。</li> <li>ニコチンを皮膚から吸収させる貼り薬です。</li> <li>毎日 1 枚皮膚に貼り、離脱症状を抑制します。</li> <li>禁煙開始日から使用し、8 週間の使用期間を目安に貼り薬のサイズが大きいものから小さいものに切り替えて使用します。</li> <li>高用量の剤形は医療用のみです。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>薬局薬店で購入します。</li> <li>口の中の粘膜からニコチンを吸収させるガム製剤です。</li> <li>タバコを吸いたくなった時に、1 回 1 個をゆっくり間をおきながらかみ、離脱症状を抑制します。</li> <li>禁煙開始日から使用し、12 週間の使用期間を目安に使用個数を減らしていきます。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>健康保険が使えます。</li> <li>ニコチンを含まない飲み薬です。</li> <li>禁煙時の離脱症状だけでなく、喫煙による満足感も抑制します。</li> <li>禁煙を開始する 1 週間前から飲み始め、12 週間服用します。</li> </ul> |

\* 一般用医薬品にもニコチンパッチがありますが、ここでは医療用のニコチンパッチについて説明しています。

### 【参考文献】

禁煙治療のための標準手順書 第 6 版(日本循環器学会、日本肺癌学会、日本癌学会、日本呼吸器学会、2014 年 4 月)を一部修正加筆。

禁煙医療に関する情報をご提供しています。

楽しく！詳しく！知りたい方はこちらから <http://www.sugu-kinen.jp/> すぐ禁煙.JP