

【参考】禁煙外来を受診するには

禁煙外来を受診するためには、以下の条件をすべて満たす必要があります。

条件にあてはまる方は、健康保険で禁煙外来を受診できる可能性が高いです。(最終的には医師が判断します。)

当てはまらない方は、自由診療になる可能性があります。その場合、健保からの補助はありません。

(受診することはできます。)

○禁煙治療で健康保険が適用となる場合○

下記の「禁煙治療を受けるための条件」5つを満たしていること。

条件(1) 今回が初めての禁煙外来受診である、または、前回の禁煙外来受診の初回診療日から1年以上経過している。

条件(2) 次の項目であてはまるものが5つ以上ある。

- 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る。
- 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る。
- ③禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコが欲しくて欲しくてたまらなくなったことがある。
- ④禁煙したり本数を減らしたときに、次のどれかの症状があった。
 - ・イライラ ・眠気 ・神経質 ・胃のむかつき ・落ち着かない ・脈が遅い ・集中しにくい
 - ・手のふるえ ・ゆううつ ・食欲または体重増加 ・頭痛
- ⑤上記④の症状を消すために、またタバコを吸い始めることになったことがある。
- 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ったことがある。
- 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、吸うことがある。
- ⑧タバコ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、吸うことがある。
- ⑨自分はタバコに依存していると感じることがある。
- ⑩タバコが吸えないような仕事やつきあいを避けたことが、何度かある。

※精神的問題

禁煙や本数を減らした時に出現する脱離症状(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あらわれている場合をいいます。

条件(3) 【1日の平均喫煙本数】×【これまでの喫煙年数】 ≧ 200 である。

条件(4) 1カ月以内に禁煙を始めたいと思っている。

条件(5) 禁煙治療を受けることについて、医療機関等に文書で同意する。