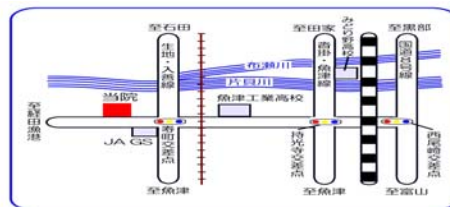


クリニックかわら版



大崎クリニック 院長 大崎緑男 魚津市寿町4-5 TEL (0765)23-1001
 ホームページアドレス <http://www.oosaki-clinic.com/>

禁煙治療 (No.9) 2006. 7. 7発行

平成 18 年度より禁煙治療が保険適用となりました。当院も 7 月より認可を受け、禁煙治療を開始しました。今回はその内容について説明します。なお、喫煙が健康に及ぼす影響については、かわら版 No.7「喫煙と健康」に詳しく書いてあります。

1. 禁煙治療の対象となる方

1. 直ちに禁煙しようと考えている人
2. ニコチン依存症のスクリーニングテストで、ニコチン依存症と診断されている人
3. ブリンクマン指数（1 日の喫煙本数 × 喫煙年数）が 200 以上である人
4. 禁煙治療を受けることを文書により同意している人

以下にニコチン依存症のスクリーニングテストを記します。5 点以上の方はニコチン依存症と考えられ、禁煙治療の対象となります。

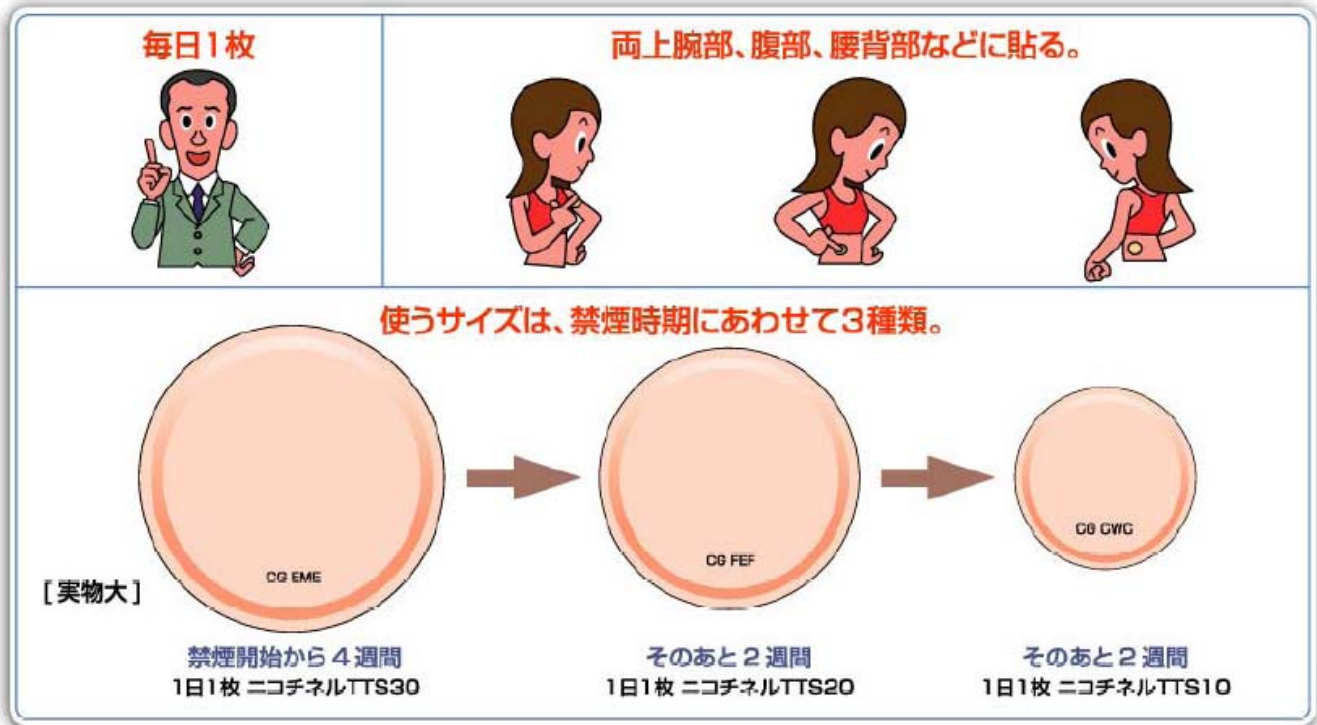
設問内容	はい 1 点	いいえ 0 点
問1. 自分が吸うつもりよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまうことがありましたか。		
問2. 禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありましたか。		
問3. 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてほしくてたまらなくなることがありましたか。		
問4. 禁煙したり本数を減らしたときに、次のどれかがありましたか。（イライラ、神経質、落ちつかない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手のふるえ、食欲または体重増加）		
問5. 問4でうかがった症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか。		
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		

2. 治療内容

なかなか禁煙できないのは、タバコに含まれているニコチンの依存症になっているからです。そこで、禁煙開始後に現れるイライラなどの離脱症状（ニコチン依存）に対して貼り薬を用いてニコチンを体内に補給し、その症状を軽減し、禁煙を成功させる治療です。ニコチネルTTSという貼り薬が保険適用となり、当院での治療にも用いています。

ニコチネルTTSの使用法

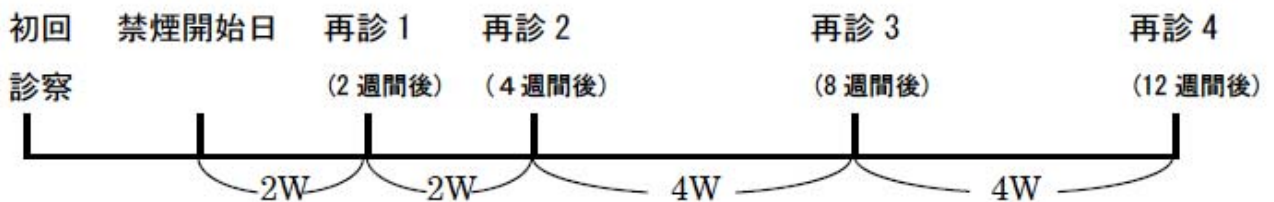
以下のように8週間かけて、貼り薬に含まれるニコチン量を徐々に減らしていき、ニコチン依存からの離脱を試みます（状況に応じて使用する薬剤量は異なることがあります）。



3. 治療プログラム

標準的な治療プログラムは 12週間にわたり計5回の禁煙治療を行います。

初回診療で禁煙開始日を決定し、禁煙開始2週間後、4週間後、8週間後、12週間後に診療を行います。毎回、呼気一酸化炭素濃度測定等を行い禁煙状況を判定し、適切な指導を行います。



思い立ったが吉日！！

禁煙を考えておられる方は、ぜひ試してみてください。