**禁煙外来のご紹介**

たばこを吸っている皆さん！こんなことで悩んでいませんか？

禁煙しても

うまく行かない

禁煙は辛くて苦しい

今は禁煙外来によって、禁煙することができます！

♦**禁煙外来とは**

**たばこをやめたい人のため**に病院に設けられた専門外来の一つです。

　　　 専門家のサポートを受けながら、比較的楽に、確実な方法で、あまり

費用をかけず禁煙に取り組むことができます。

禁煙外来を利用することで、**７～８割の方が禁煙に成功**しています！

「ご飯が美味しく感じるように！」

「お金が浮いてお小遣いがたまった♪」

「もっと早くやめればよかった！」

「階段で息切れをしなくなった！」

禁煙成功者の声

**◆実際の治療の流れ**

|  |  |
| --- | --- |
| **受診期間** | **治療内容** |
| 治療前の問診・診察 | 禁煙治療のための条件確認 |
| 初回診察 | 1. 診察
2. 呼気一酸化炭素濃度の測定
3. 禁煙実行、継続に向けてのアドバイス
4. 禁煙補助薬の処方
5. 禁煙治療用アプリ及びCOチェッカーの処方
 |
| 再診1（初回診察から2週間後） |
| 再診2（　　　〃　　4週間後） |
| 再診3（　　　〃　　8週間後） |
| 再診4（　　　〃　12週間後） |

（出典：禁煙治療のための標準手順書第８.１版）

**◆費用**

**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。

処方される薬にもよりますが、12週間で13,000円～30,00０円

程度の費用で治療を受けることができます。

なお、保険適用で治療を行うにはいくつかの要件があります。

※禁煙治療のための標準手順書第８.１版に記載されている健康保険等で禁煙治療のみを行った場合の

自己負担額〈3割負担として13,090円～27,580円〉に基づく。）

**◆禁煙外来実施医療機関**

安足地域（足利市・佐野市）の禁煙外来実施医療機関一覧は裏面を御覧ください。

なお、県内の禁煙外来実施医療機関は、**栃木県　禁煙外来**で検索できます。