

禁煙サポート外来のご案内

健康保険

が使えます

自力で禁煙するより

楽に！！
成功率 UP



今すぐチェック！！あなたはニコチン依存症？？

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った。	<input type="checkbox"/>
禁煙や本数を減らそうと試みてできなかったことがあった。	<input type="checkbox"/>
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った。	<input type="checkbox"/>
禁煙したり本数を減らそうとしたときに、次のどれかがあった。 (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)	<input type="checkbox"/>
上の症状を消すために、またタバコを吸い始めることがあった。	<input type="checkbox"/>
重い病気にかかって、タバコはよくないとわかっているのに吸うことがあった。	<input type="checkbox"/>
タバコのため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った。	<input type="checkbox"/>
タバコのために精神的問題が起きているとわかっても吸うことがあった。	<input type="checkbox"/>
自分はタバコに依存していると感じることがあった。	<input type="checkbox"/>
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った。	<input type="checkbox"/>

5つ以上チェックが付いたら
ニコチン依存症です！！

あなたの喫煙指数は??

1日の喫煙本数 × 喫煙年数 = 喫煙指数

× =

★2016年4月より35歳未満の方には
この要件が無くなりました★

保険適用になるためには
・ニコチン依存症、喫煙指数が200以上
が条件になります。他にも条件がありま
す。詳しくはお問い合わせください。

* 禁煙補助薬について *

禁煙サポート外来ではたばこを辞めるために禁煙補助薬の処方ができます。

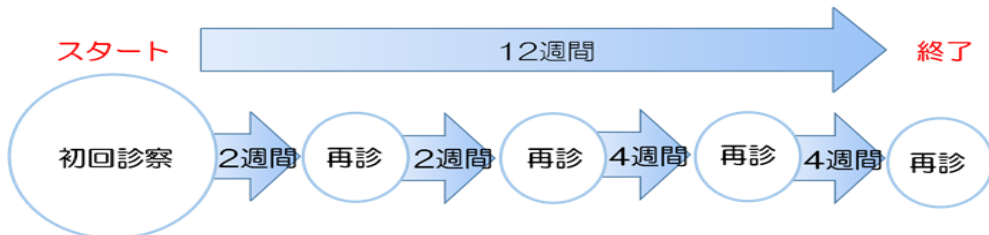
○チャンピックス (内服薬)
・自己負担約 20,000 円
(3割負担、3ヶ月分の場合)



どちらか
のお薬を
処方します。

○ニコチンパッチ (貼り薬)
・自己負担約 12,000 円
(3割負担、3ヶ月分の場合)

* 禁煙サポート外来について *



禁煙外来のスケジュールは初回診察を含め計5回の診察で、12週間となります。
禁煙補助薬の使用法や、あなたにあった禁煙方法について、医師や保健師がサポートをします。

* 禁煙サポート外来 *

- 診療日時：月曜日～金曜日 9時～11時、13時～16時 ※完全予約制
- 場 所：公益財団法人宮崎県健康づくり協会 健康推進課
宮崎市霧島 1-1-2 (宮崎県総合保健センター内 2階)
- 申込方法：電話でお申し込み下さい
TEL 0985-27-2684 (直通)

※ご不明な点をご遠慮なくお問い合わせください