

保険証が使える禁煙治療

下記の項目に当てはまる場合、保険証を使って禁煙治療を行うことができます。

- ・スクリーニングテストと呼ばれるチェックテストの結果が5点以上
- ・ブリンクマン指数が200以上
- ・1ヵ月以内に禁煙したいと思っている
- ・禁煙治療を受けることに文書で同意している

禁煙外来に初めて受診された際に治療の説明とあわせて、保険診療を受けられるかを確認させていただきます。以下をご記入いただいた上受診していただくと、便利です。

ニコチン依存症のスクリーニングテスト”TDS”

ニコチン依存症として健康保険適用の禁煙治療を受けるためには、下記10問のうち、5問に該当する必要があります。

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、できなかっ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がありましたか。		
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。 (イライラ、神経質、落ち着かない、集中しにくく、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手のふるえ、よくよくまたは体重増加)		
問5. 問4で何った症状を消す為に、またタバコをす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

ブリンクマン指数

喫煙が人体に与える影響は過去から現在の喫煙量と関係しています。

その総量を割り出す目安として、1日当たりの平均喫煙数(本数)と喫煙年数をかけ合わせた喫煙指数(ブリンクマン指数)がよく用いられています。

$$\begin{aligned} \text{ブリンクマン指数} &= \text{1日の喫煙本数} \times \text{喫煙年数} \\ \left(\quad \quad \quad \right) &= \left(\quad \quad \text{本} \right) \times \left(\quad \quad \text{年} \right) \end{aligned}$$

1日の喫煙本数は受診現在の時点での一日の本数を指します。

保険適用の基準を200以上とする理由としては喫煙歴が短い者を除外するため考えられます。