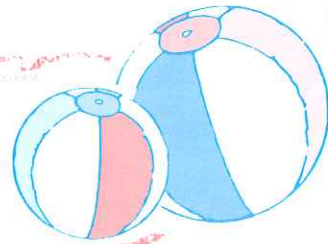


紙ふうせん



第70号

2010.11.25

(特集) 禁煙治療、お知らせ

発行責任者：佐野 且

<http://www.health-kikaku.co.jp/>

特集 喫煙のリスク (禁煙治療へ)

タバコは自分自身だけではなく、周りの人の健康も害する嗜好品です。タスポの導入や10月からのタバコ税の増税、喫煙所の減少など、喫煙者にとって肩身が狭くなってきているのが現状です。この機会に禁煙に挑戦してみるというのも、勇気ある決断の一つです。

★ニコチン依存症について★

禁煙すると体の中から徐々にニコチンが消失し、タバコが吸いたくなったり、「イライラする」「怒りっぽくなる」「集中力が落ちる」などの症状が現れるようになる「身体的依存」と、喫煙が生活の一部になっていてやめられない「心理的依存(習慣)」があります。これらを同時に克服しなければいけないので、禁煙は難しいのです。

★タバコによって起こる体への悪影響★

- ・酸素と二酸化炭素の交換能力が低下し、呼吸器の病気のリスクが高まります。
 - ・血管が狭くなり、血のめぐりが悪くなると動脈硬化のリスクが高まります。
 - ・肺癌だけでなく、咽頭癌や膀胱癌、子宮頸癌などのリスクが増えます。
- ※低タール、低ニコチンなどの軽いタバコに変えても、本数が増えたり、根元まで吸ったり、深く吸い込むという行動が無意識にでてしまいます。結局、体に入るタールやニコチンの量はほとんど変わらないと言われています。

★禁煙治療を保険医療で受けられる条件★

保険医療で受けるには禁煙外来のある施設を受診する事と以下の条件があります。

- ・ニコチン依存症に関わるテストでニコチン依存症と診断
- ・一ヶ月以内に禁煙を希望している
- ・医師から受けた禁煙治療の説明に同意

これらの要件を満たさない場合でも自由診療(自費)で禁煙治療を受ける事もできます。禁煙治療に失敗された場合は、一年間は保険医療対象外になります。

★禁煙補助の薬について・「飲む」「貼る」「かむ」の3タイプがあります。

タイプ	飲む	貼る(ニコチンパッチ)	かむ(ニコチンガム)
商品名	チャンピックス	ニコチネルTTSなど	ニコレットなど
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・ニコチンは含まない ・禁煙開始1週間前から飲み始め、12週間服用する 	<ul style="list-style-type: none"> ・皮膚からニコチンを吸収させる ・禁煙開始から使用し、8週の使用期間を目安にサイズを大きいものから小さいものへ切り替えていく 	<ul style="list-style-type: none"> ・口腔粘膜からニコチンを吸収させる ・禁煙開始から使用し、12週の使用期間を目安に使用個数を減らしていく ・即効性がある
長所	<ul style="list-style-type: none"> ・離脱症状だけでなく、喫煙による満足感も抑制 	<ul style="list-style-type: none"> ・接客などの職種や歯・顎の問題などでガムをかめない人でも使用できる 	<ul style="list-style-type: none"> ・処方箋なしで購入可能 ・口寂しさの解消
短所	<ul style="list-style-type: none"> ・突然の喫煙欲求に対応できない ・軽い吐き気を伴うことがある 	<ul style="list-style-type: none"> ・突然の喫煙欲求に対応できない ・汗をかく人、スポーツをする人、皮膚が弱くかぶれやすい人には使いにくい 	<ul style="list-style-type: none"> ・入れ歯、顎関節疾患の人には使いにくい ・即効性がある分、くせになる人がいる ・保険医療対象外である

薬によっては禁煙することにより、効果が強まるもの、弱まるものがあります。そのことにより場合によっては、その薬の副作用が出やすくなることもあります。禁煙を考えている方は、一度医師、薬剤師にご相談ください。(宮本)
※現在禁煙外来に患者さまが集中し、薬が入荷せず、御迷惑をおかけする場合があります。

★いちご薬局・いちご薬局北店の営業時間変更のお知らせ★

11月1日よりいちご薬局といちご薬局北店の営業時間が変更になりました。各薬局をご利用の患者様にはご迷惑をおかけしますが、今後とも引き続きご支援・ご協力をお願いいたします。

いちご薬局 新営業時間 (11/1~)

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	○	○	△
夜間	○	△	○	×	○	△

※午前は9時~13時
午後は13時~17時
夜間は17時~20時

いちご薬局北店 新営業時間 (11/1~)

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	休
午後	○	○	○	○	○	△
夜間	○	△	○	△	×	△

※午前は9時~13時
午後は13時~17時
夜間は17時~19時

いちご薬局 かりん薬局 すみれ薬局
つくし薬局 さくらんぼ薬局 いちご薬局北店