



禁煙外来について

タバコのニコチン依存は自分自身だけではなかなか断ち切れません。
医師やお薬の力を借りて克服しましょう！

● 禁煙外来の受診出来る条件

- ・直ちに禁煙をしようと考えていること
- ・ニコチン依存症のテスト（TDS）が5点以上

ニコチン依存症 判定テスト

下記のアドレスをクリックしてください



<http://sugu-kinen.jp/success/tds.html>

- ・プリンクマン指数（1日の喫煙本数×喫煙年数）が200以上の方
- ・禁煙治療を受けることを文章により同意していること

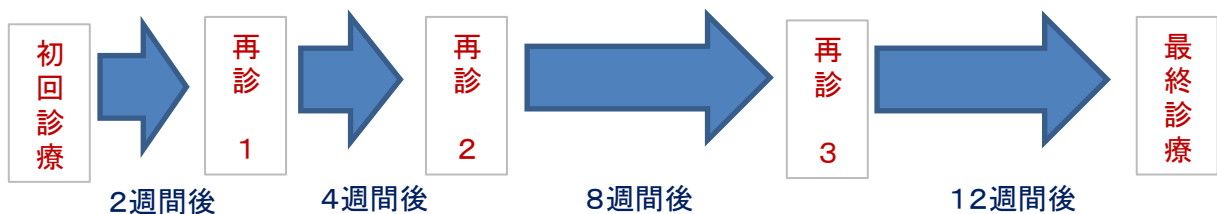
● タバコをやめるとこんなによくなる！

禁煙後

- 20分： 血圧や脈拍が正常化し、手足の体温が正常に戻る
- 8時間： 血液の一酸化炭素濃度が正常になる。
- 24時間： 心臓発作のリスクが減る。
- 48時間： 運動機能が改善し、味覚・臭覚が復活し始める。
- 72時間： 気管支の緊張がとれ呼吸が楽になる。肺機能が改善する。
- 2~3週間： 心機能が改善。肺機能が30%回復する。
- 1~9ヶ月： 咳、息切れ、疲れやすさが改善する。
気道の自浄作用が改善し感染症を起こしにくい。
- 1年： 虚血性心疾患にかかる危険が喫煙者の1/2になる。



● 禁煙外来のスケジュール及び費用



- ・保険診療では5回の診察で3割負担の患者さまで約19,000円~20,000円です。

● 当院禁煙外来日

- ・毎週 火曜日及び金曜日（祝日の場合は休診）の **AM10:00~12:00**
- ・予約制です。 予約先 **TEL 06 (6614) 1111**
- ・予約時間の10分前に来院し受付を行って下さい。予約無しでも受診は出来ますが、待ち時間が生じるので出来るだけ予約をお願い致します。