

# 禁煙外来

## はじめました！！



毎週： **火** **金** **土** AM

診察日

受付：完全予約制です

担当医：北岡 治子 医師

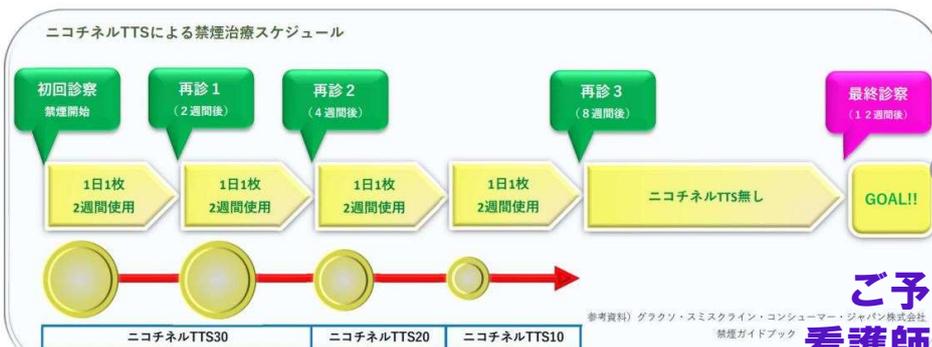
しまばら病院では保険診療で禁煙治療を受ける事ができます。禁煙外来は3か月で13000円～20000円程度です。以下のすべてを満たす場合、保険診療で受けられます。

※12週間（3か月）のタバコ代＝1箱600円のタバコの場合・600円×84日＝50400円の節約

- ①直ちに（1週間以内）禁煙しようとする意志があること
  - ②ニコチン依存症テストで依存症と診断される
  - ③1日喫煙本数×喫煙年数が200以上であること
  - ④禁煙治療を受けることに文章で同意すること
  - ⑤前回の禁煙治療から1年以上経過している（または初めてである）こと
- 初回を含めて計5回の通院が必要です（12週間で）

### 禁煙の効果

- 【直後】周囲の人をタバコの煙で汚染しなくなる。
  - 【8時間後】血中の一酸化炭素濃度が下がる。血中の酸素濃度が上がる。
  - 【24時間後】心臓発作の可能性が減少する。
  - 【数日後】味覚や嗅覚が改善する。歩行が楽になる。
  - 【2週間～3か月後】心臓や血管など、循環機能が改善してくる。
  - 【1か月～9か月後】せきや痰が改善。気道の自浄作用改善による感染予防効果が上がる。
  - 【1年後】肺機能の改善がみられる。※軽度・中等度の閉塞性肺疾患の場合。
  - 【2～4年後】虚血性心疾患のリスクが約1/3減少する。脳梗塞のリスクも顕著に低下する。
- そのほか禁煙すると日常生活の中で実感できる色々な効果がありますよ！！



ご予約・ご相談は医師  
看護師、または受付へ！！

お問い合わせ



075-371-3232 (病院代表)

医療法人 令寿会  
しまばら病院