

## 健康保険で禁煙治療が受けられる条件

健康保険で禁煙治療を受けるためには、4つの条件を満たしている必要があります。

自己チェックしてみましょう！

健康保険等で禁煙治療を行った場合の自己負担額は13,000円～20,000円程度です。

### 【対象者】

- ①ニコチン依存症のスクリーニングテスト（下表）の結果が5点以上である。
- ②1日の喫煙本数×喫煙年数=200以上である。（35歳未満の場合は、この要件はなし）
- ③直ちに禁煙することを希望している。
- ④禁煙治療について説明を受け、文書により同意している。

### <ニコチン依存症のスクリーニングテスト>

	設問内容	はい 1点	いいえ 0点
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っていましたか。		
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したか。		
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。		
4	禁煙したり本数を減らしたときに、次のどれかがありましたか。（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）		
5	問4でうかがった症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか。		
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。		
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にもかかわらず、吸うことがありましたか。		
8	タバコのために自分に精神的問題（注）が起きているとわかっているにもかかわらず、吸うことがありましたか。		
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。		
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	点	点

（注）禁煙や本数を減らしたときに出現する離脱症状（いわゆる禁断症状）ではなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抑うつなどの症状が出現している状態

出典：禁煙治療のための標準手順書 第7版 2020年4月

