

# 北海道社会保険病院だより

平成18年5月発行 第19号

## 新たな「禁煙外来」のご案内

総合診療科禁煙外来

顧問

五十嵐

文記



平成18年4月からの「ニコチン依存症」と診断された人に対する禁煙治療は、公的医療保険の給付対象となりました。施

設基準を満たす当院は、従来の健康管理センターの「禁煙相談室」から本院総合診療科の「禁煙外来」へ場所を移し、ご案内のように火曜、木曜と週2日に増やすとともに、喫煙希望者の方と充分に対話するために一人に30分間の時間をとり、原則として予約制としました。私は十数年来禁煙指導に携わってきて感じたことですが、少数派ながらタバコを嗜好品として節度をもって吸うことの出来る人がいる一方、タバコ自体を好きか嫌いかは別にして習慣的に吸わざるをえないタイプの人が多いように思います。

この度の保険適用はコントロール

しきれない喫煙は病気（ニコチン依存症）であると考えることが基本になっていきます。

### 保険対象者

- ①問診表のひとつの「タバコ依存症スクリーニング」テストの10問中、該当項目の合計点が5点以上
- ②直ちに禁煙しようと考えているか
- ③ブリンクマン指数（一日喫煙本数×喫煙年数）が200以上
- ④禁煙治療の同意（禁煙宣言書）をクリアすることが必要です。

### 標準禁煙治療のスケジュール

健康を損ねる喫煙の影響としていまさら列記する必要のないほど多くの「タバコ病」が知られています。見逃しがちですが私は「高コレステロール血症をもっているスモーカー」にはイェローカードを出したいと思います。このような人が、胸痛まではないにしても時折、喉のあたりの不快感を感じたらレッドカードです。

安静時の心電図に異常がなくても冠動脈攣縮性狭心症を疑って心臓内科受診を

### 標準禁煙治療のスケジュール

初診	0週	診療	問診表記入をともにニコチン依存症と診断された対象者に医師と看護師による指導
		測定	呼気CO濃度、血圧、体重、ウエスト周囲径
		処方	ニコチネルTTS30 14枚
再診1	2週後	診療	禁煙状況、副作用の有無、今後の指導
		測定	呼気CO濃度、血圧、体重、ウエスト周囲径
		処方	ニコチネルTTS30 14枚
再診2	4週後	診療	禁煙状況、副作用の有無、今後の指導
		測定	呼気CO濃度、血圧、体重、ウエスト周囲径
		処方	ニコチネルTTS20、TTS10それぞれ 14枚
アレン・カー著「禁煙セラピー」を貸出し			
再診3	8週後	診療	指導（食事、運動を含む）
		測定	呼気CO濃度、血圧、体重、ウエスト周囲径
		処方	なし
禁煙日誌の記入（禁煙開始より12週間）			
再診4	12週後	診療	指導（食事、運動を含む）
		測定	呼気CO濃度、血圧、体重、ウエスト周囲径
		処方	なし

禁煙開始半年後、手紙連絡で禁煙状況を尋ねる

禁煙

パッチありの禁煙

パッチなしの禁煙

### ニコチン依存症管理料

- 初回（1週目） 230点
- 2～4回目（2・4・8週目） 184点
- 5回目（最終回）（12週目） 180点

勧めたいと思います。イエローカードが出た段階で、コレステロールを下げるか、禁煙を実行すると無難です。

またタバコと肺癌の因果関係はすでに有名ですが、慢性閉塞性肺疾患（COPD）の予防には禁煙が最も

効果的であるとされています。

受診者との対話で禁煙の有無を尋ねますと、過去の禁煙率が結構高く、しかも禁煙失敗の理由として禁煙後の肥満が原因であることが多いことに驚きます。一般には禁煙後の体重増加は2〜3kgといわれていますが、稀には10kgに至る人がいます。また禁煙を何回も繰り返す度に高度の肥満となる者もいるようです。

肥満とともに血清脂質、なかんずく中性脂肪の変化が強い結果がでてきます。そこで当科では、肥満者や過去の禁煙肥満の経験者には、初診時と禁煙12週後にコレステロール、中性脂肪とHDLコレステロールを測定するように勧め、禁煙肥満の発生活予防にいつそう留意するように努力しています。食欲増進、間食の増加、運動不足なども一因とされており、これらの指導も行っています。

受診者の喫煙歴をじっくりと聞いていますと、大げさに言えばその人の人生が詰まっている感があり、「たかが喫煙されど喫煙」、たかが禁煙されど禁煙」とでも言えましよう。前述のように「前門のタバコ病、後門の禁煙肥満」または「後門のメタボリック・シンドローム」のおそれもあり、禁煙にあたっては総合

的な対応が必要と思われる。

また当外来では、過去の禁煙成功者の情報からアレン・カーの著書「禁煙セラピー」を常備しており、初診時には皆さんに貸出して読んでいただいています。

なお、保険対象者とされなかった方は、自己負担が10割となりますが管理料はありません。当院に入院されて禁煙を余儀なくされている方々の中には、なかなか我慢できない気持ちもあるでしょうが、入院を千載一遇のチャンスと考えることです。タバコ一本で寿命が10日短縮すると云われています。禁煙継続に自信のない方は是非禁煙外来を受診して下さい。出来る限り禁煙のお手伝いをいたします。

禁煙の成果を半年後にハガキでお尋ねします。よい結果をお待ちします。

◆診療日／火・木曜日の午後

◆受付／12:30〜15:30

◆お問い合わせ先／健康管理センター

◆電話／831-2606



## 春の保健医療福祉制度の改正

医療相談室ソーシャルワーカー

佐藤 奈津子

医療相談室でよくうけたまわること相談内容をシリーズで皆様にご紹介しております。第2回は「春の制度改正」についてお話しいたします。

保健医療福祉の分野ではここ数年、毎年春と秋に制度の改正が行われるようになりましたが、この春は特に大きな法律・制度改正、新法施行がありました。ご高齢の皆様に影響のある「介護保険法の改正」、障がいをお持ちの皆様に影響のある「障害者自立支援法の施行」、病院にかかわる患者様、特にリハビリを継続している、療養病床に入院している等の皆様に影響のある「診療報酬（医療の料金表のようなものです）の改正」がありました。「サービス利用を続けるために、改めて手続きしなければならなかった」「今まで利用していたサービスが利用できなくなっている」「病院の窓口での支払いや、サービスの利用料金が増えた」等の患者様も少なくなかったのではないのでしょうか。医療費や各種制度、福祉サービスは、法律や法令などに基づいて運用されているため、改正

があると、対象となる方、受けられるサービスの内容、利用料金などが大きく変わってきます。そして、近年の動向から見ると、窓口での負担金額は少しずつ増加傾向にあり、制度は多岐にわたって複雑に、一般の皆様にはますますわかり難くなってきています。複雑な制度の中、「私にはいつたいたいのサービスが利用できるの?」と悩まれることもあろうでしょう。そのようなときにはぜひ、医療相談室をご利用ください。縦に並んだ制度やサービスの中、患者様の個別性に応じ、「どのようなサービスの対象になるのか」について、制度を横断して皆様にご紹介させていただきます。医療相談室でうけたまわったご相談の中でも、今回の制度改正の影響により、サービスの利用ができなくなった患者様が実際にいらつしやいました。皆様のご希望が、今の制度やサービスで全てまかなうことが難しい場合もございしますが、まずは医療相談室にお声かけください。少しでも安心いただける療養生活について、皆様と一緒に考えていきたいと存じます。

次回は「転院」についてお話しする予定です。

医療相談室 外来棟正面玄関横  
相談時間 月曜日〜金曜日

9時〜17時