

なるほど！ 健康講座

●禁煙外来はどのような治療をするところですか？

禁煙外来は「禁煙したい」と考えている人に、禁煙のアドバイスをしたり、治療薬を用いて禁煙治療を行ったりするところ

です。
「禁煙したくてもできない」と悩む人の多くは、ニコチン依存症から抜け出せなくなっています。ニコチン依存症は、タバコに含まれるニコチンが不足するとイライラや不安感が強くなる薬物依存症です。

タバコを繰り返し吸っているとき、脳内にニコチン受容体（ニコチンの受け皿のようなもの）が現れ、「気持ちが良い」「ストレスが取れた」と感じさせるドーパミンを放出します。

タバコを吸ってニコチンの血中濃度が上がると脳内の「ニコチン摂取↓ドーパミン放出」という回路が作用してイライラが静まり、まるでストレスが解消したかのように錯覚するわけです。タバコが長時間吸えないとイライラするのは禁断症状です。ニコチン依存症は立派な病気であり、治療には健康保険が適用されます。

●実際の治療はどのようなことをするのでしょうか？

初診では簡単な問診や呼吸

の一酸化炭素濃度を測定し、ニコチン依存症であるかどうかを診断します。

ニコチン依存症と診断されると治療薬を用いる禁煙治療が適応されます。治療薬には貼り薬と内服薬があります。患者さんと相談してどちらが良いか選択しますが、車を運転する人には原則、内服薬は処方できません。2〜4週ごとに通院し、合計5回の受診で終了です。通院期間は10〜12週間、費用は3割負担で1万2000円〜1万9000円程度です。禁煙成功率は60〜70%程度、100%とはいきませんが、かなり高い禁煙成功率と言われています。

しかし、禁煙に成功したあとが一番大事です。それは再喫煙しないことです。再びタバコに手を触れないとしっかりと決意することが最も重要です。残念なことに再喫煙した人は禁煙外来をまた受診しようとしても1年経過しなければ健康保険で受診できない制度になっています。

●ここに行けば禁煙外来を受診できますか？
下の表は、市内で禁煙外来を行っている医療施設の一覧です。中には予約診療となっている施設もあるので、あらかじめ電話などで問い合わせると良いです。

禁煙外来対応医療機関一覧

| 地域 | 医療機関名 | 住所 | 電話 | 地域 | 医療機関名 | 住所 | 電話 |
|---------|----------------|------------|-------|-----------|-----------|-----------|--------|
| 廿日市 | JA廣島総合病院 | 旭部前1-3-3 | ☎3111 | 廿日市 | 半崎内科クリニック | 宮内4-10-23 | ☎0111 |
| | アマノリハビリテーション病院 | 陽光台5-9 | ☎0800 | | 平田内科小児科医院 | 阿品台4-1-26 | ☎1155 |
| | あわや内科クリニック | 佐方4-4-13 | ☎0288 | | 安楽内科クリニック | 対蔵山2-15-9 | ☎1231 |
| | きむら内科・小児科医院 | 阿品台4-17-31 | ☎2238 | 大野産婦院 | 丸石2-3-35 | ☎2426 | |
| | 四季が丘クリニック | 四季が丘5-13-7 | ☎5005 | 杉原外科医院 | 大野1-7-7 | ☎0534 | |
| | なかごう内科 | 上平良144-1 | ☎2210 | 中丸クリニック | 宮島口1-7-15 | ☎0550 | |
| 廿日市野村病院 | 宮内4209-2 | ☎2111 | 吉和 | 廿日市市吉和診療所 | 吉和617 | ☎2780 | |
| | | | | 宮島 | 宮島クリニック | 宮島町1185-1 | ☎41770 |

しよう。
喫煙で健康を損ねる人が1人でも少なくなるよう願っています。

禁煙外来 あなたのニコチン断ち 医療で支えます—

JA廣島総合病院 呼吸器外科
渡 正伸 先生

