



禁煙治療



禁煙治療の重要性

①健康面でのメリット

喫煙は肺がんや食道がんをはじめとする様々ながんだけでなく、高血圧・動脈硬化・糖尿病・心筋梗塞・脳卒中といった命に関わる多くの疾患のリスクが高まることが知られています。もともと喫煙していた方でも、禁煙することでこれらの疾患のリスクが減少し健康面でのメリットは非常に大きいと言えます。

②経済面でのメリット

例えば1日に1箱500円のタバコを吸っている場合、1年間で約18万円、10年間で約180万円のタバコ代がかかります。禁煙治療によってタバコ代が節約できるだけでなく、喫煙によって将来かかる可能性のあった疾患の医療費を抑えられる可能性も高くなります。

③生活面でのメリット

禁煙すると顔色がよくなった、肌の調子がよくなったという喜びの声をよく聞きます。また、味覚が戻り食事がおいしくなる、大事な人を受動喫煙から守ることができるなど、生活の中で得られるメリットも多々あります。

【禁煙補助薬による禁煙治療】

禁煙しようと思ってもなかなかやめられなかったり、一度禁煙を成功してもまた喫煙を再開してしまったりする人も多いと思います。これは「ニコチン依存症」が原因です。

私たちの脳内にはニコチン受容体があり、タバコを吸うと血中を通じてニコチンが脳内のニコチン受容体に結合し、快感を生じさせるドーパミンが放出されます。タバコを通じてニコチンを摂取する習慣が続くと、体はドーパミンの放出をニコチンに依存してしまいます。そのためタバコを吸わない状態が続き体内のニコチンが切れると、反動でイライラ・頭痛・倦怠感・集中力の低下などの離脱症状が出てきます。この離脱症状を解消しようとして喫煙を続けてしまう悪循環がニコチン依存症の本質です。

ニコチン依存症のため、本人の意志の力だけで長期間の禁煙ができる喫煙者はごくわずかであることが明らかになっています。そこで、禁煙補助薬を用いることで、禁煙時のニコチン離脱症状の辛さを軽減し、比較的楽に禁煙を進めていくことができます。

【当院における禁煙補助薬】

当院では禁煙補助薬として、ニコチンパッチの医療用医薬品である「ニコチネルTTS」を使用します。

これはパッチをお体にご貼っていただくことで、ニコチンが皮膚の毛細血管から吸収されるものです。禁煙時に出現するニコチン離脱症状に対し、喫煙以外の方法でニコチンを体内に補給することで離脱症状を和らげ、無理なく禁煙につなげることができます。実際、**禁煙成功率は2倍に高まる**ことが知られています。

また、ニコチネルTTSの特徴として、安定したニコチン血中濃度の維持ができることや、離脱症状として現れる食欲の亢進を抑え、禁煙後の体重増加を軽減できるなどが挙げられます。

【パッチ（貼り薬）のメリット】

- ・貼るだけで使い方が簡単
- ・人に気付かれずに治療が出来る
- ・効果が1日中持続する
- ・食欲抑制効果もあるため、禁煙後の体重増加の軽減が期待できる

【使用法】

ニコチネルTTSはニコチンの含有量によりTTS30、TTS20、TTS10と分かれています。**最初の4週間はTTS30、次の2週間はTTS20、最後の2週間TTS10と徐々にニコチン量を減らしていきます。**

1日1回1枚、24時間貼付します。
貼る場所としては上腕部、腹部、腰背部などに貼ってください。

もしパッチだけでは喫煙欲求を抑えられない場合、市販のニコチンガムと併用することで禁煙率が高まることが知られているので、ニコチンガムの使用もおすすめいたします。

【料金】

45,000円

上記使用方法で、約2ヶ月間のプログラムとなります。

治療初日から完全禁煙を開始します。

期日を決めて一気に禁煙を実行しましょう！！

自身の吸いやすい「行動」を把握し、喫煙のきっかけとなる「環境」を改善しましょう

【副作用】

主な副作用としては、貼った部位の皮膚の赤みやかゆみ、不眠などが挙げられます。皮膚症状を予防するために、毎日同じところに貼るのではなく、毎回貼る場所を変えるようにしてください。

まれな重大な副作用として、じんましんやアナフィラキシーなどの強いアレルギー症状や低血圧、呼吸困難などが挙げられます。強い副作用の症状が出た場合はお体に合わない可能性が高いため、速やかにパッチをはがし、使用を中止するようにしてください。

【注意点】

非喫煙者、妊娠中・授乳中の方、心臓手術された方、3か月以内の心筋梗塞があった方、不安定狭心症、重篤な不整脈、脳卒中を患ったことがある方、過去にニコチンパッチでアレルギーなどの副作用があった方は本医薬品を使用することができません。現在治療中の疾患や服用中の薬剤、今まで大きな病気にかかったことがある方は必ず事前に相談するようにしてください。