

## <健康保険適用の条件>

以下の4つの条件を満たせば健康保険の適用が可能です。

1)ニコチン依存症に係るスクリーニングテスト(TDS ニコチン依存度テスト)で5点以上となり、 ニコチン依存症と診断された方 ※TDS ニコチン依存度テストは以下に記載がありますのでご参照ください。
2)35歳以上の場合、ブリンクマン指数(=1日の喫煙本数×喫煙年数)が200以上の方 ※200に満たない場合は保険診療対象外になりますが、治療を受ける事は可能です。 ※35歳未満の方は、この数値条件に満たない場合でもOK
3)直ちに禁煙することを希望している方
4)禁煙治療を受けることを文書により同意する方 ※問診票を兼ねた同意書にサインが必要となります。

## <TDS ニコチン依存度テスト>

全10問の質問で構成され、「はい」と答えると1点、「いいえ」と答えると0点。

10問の点数の合計で依存度を判定し、5点以上が「ニコチン依存症」に該当します。

問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うことがありましたか？
問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？
問3)禁煙や本数を減らそうとしたときに、タバコが欲しくてたまらなくなることはありませんか？
問4)禁煙や本数を減らそうとしたときに、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)
問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？
問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？
問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のに、吸うことがありましたか？
問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のに、 吸うことがありましたか？
問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？
問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？

※(注)禁煙や本数を減らした時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、不安や抗うつなどの症状が出現している状態。