

2024年5月31日

トプコン 健康保険組合

2024年度 禁煙支援のご案内

今年も「世界禁煙デー（5月31日）」に伴い、5月31日～6月6日を禁煙週間として、禁煙及び受動喫煙防止の普及啓発活動が実施されます。今年のテーマは「**たばこの健康影響を知ろう！～たばことCOPDの関係性～**」です。

COPD（慢性閉塞性肺疾患）は、主にたばこを吸う人に起こる肺の病気で、国内の患者数は約500万人と推定されています。たばこの煙には、ニコチンやタール、PM2.5の粒子など、さまざまな有害物質が含まれているため、たばこを長く吸い続けていると、次第に肺や気管支が黒く汚れて炎症を起こし、せきやたんが出るようになります。そうして肺の炎症が進んでいくと、酸素を取り込む肺胞の壁が破壊され、酸素と二酸化炭素の交換ができなくなり、すぐに息切れしてしまいます。一度壊れた肺胞の壁は元には戻りません。

トプコンとトプコン健康保険組合では、禁煙にチャレンジされる方へ禁煙支援を行っています。

喫煙者本人の病気の予防だけでなくご家族や周囲の方々の受動喫煙被害も防ぐために、是非、この機会に禁煙にチャレンジしてみてください。

※ご不明な点がありましたらトプコン健康保険組合（電話 03-3966-1244）までご連絡ください。

【お知らせ】

現在、禁煙補助薬「チャンピックス錠」は、製薬会社より販売保留の発表があり、処方できない状況です。

そのため、禁煙支援プログラムでは、「**医療用パッチ**」を処方することになりますのでご了承ください。

～2025年8月以降、T H Q板橋構内は、加熱式タバコ、電子タバコを含め、完全禁煙になります～

以上

禁煙支援プログラム

禁煙支援プログラムで無理なく禁煙

① 1年中いつでも禁煙チャレンジ可能です。

※本プログラムの適用は、原則、1人1回のみです。もし、禁煙に失敗し、2回目の申し込みをお考えの場合には、当健保へご相談ください。

② 希望者は、トプコン診療所での禁煙指導を受けてもらうと、禁煙補助薬が処方されます。（本人負担は 500円）

③ トプコン診療所までお越しになれない方は、最寄りの禁煙外来を受診してもらいます。禁煙を達成した方には、本人が支払った治療費に対して、20,000円を上限に補助します。

		板橋構内に勤務する方 トプコン診療所	平日に通院できる方に 禁煙外来
費用	自己負担額	500円	健康保険適用（3割負担）
	トプコン健保補助	禁煙補助薬支給	自己負担額に対して 2万円を上限に補助
期間		8～12週間	8～12週間（うち5回受診）
禁煙成功率（1ヶ月）		約80%	約80%

1. トプコン診療所 産業医からの禁煙指導

健保組合の補助により、自己負担 500円 で治療が受けられます。

板橋事業所に隣接するトプコン健康管理センター内のトプコン診療所にて、産業医の診察と禁煙指導、禁煙補助薬（医療用ニコチンパッチ）の処方まで完結し、面倒な通院が不要です。

禁煙外来と同等の禁煙指導をトプコン診療所で受けられ、手軽に取り組みます。

2. 禁煙外来

健康保険適用により、自己負担3割（1.3～2万円）で治療が受けられます。

通院し対面での診療で、自分にあったアドバイスを医師から受けられ、治療薬も処方してもらえるので、禁煙の成功率が高まります。

禁煙成功者には、本人が支払った治療費に対して、トブコン健保から20,000円を上限に補助します。

禁煙応援コンテンツ

タバコの害や禁煙のメリット等「禁煙」にまつわる様々な資料をご用意しました。

ご家族や職場での取り組み等でぜひご活用ください！

1. チェックしましょう

[TDSニコチン依存度テスト | e-ヘルスネット（厚生労働省）（mhlw.go.jp）](#)

2. タバコの害

◆ タバコの有害物質

[けむりの正体はこれだ！ 煙の中の有害物質 | e-ヘルスネット（厚生労働省）（mhlw.go.jp）](#)

◆ 喫煙者本人の健康影響

[喫煙者本人の健康影響 | e-ヘルスネット（厚生労働省）（mhlw.go.jp）](#)

◆ 周辺の人に及ぼす影響

[受動喫煙 - 他人の喫煙の影響 | e-ヘルスネット（厚生労働省）（mhlw.go.jp）](#)

◆ 女性に及ぼす影響

[女性の喫煙・受動喫煙の状況と、妊娠出産などへの影響 | e-ヘルスネット（厚生労働省）（mhlw.go.jp）](#)

3. 禁煙のメリット

◆ 健康・生活改善

[禁煙の効果 | e-ヘルスネット（厚生労働省）（mhlw.go.jp）](#)

4. 目指せ！脱タバコ！！

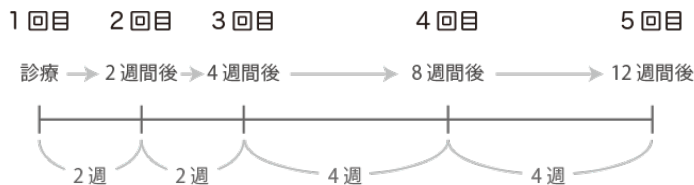
禁煙のための様々な情報を提供します。

[禁煙支援 | Tobaccos | e-ヘルスネット（厚生労働省）（mhlw.go.jp）](#)

5. 禁煙に挑戦

5-1. 禁煙治療の流れ

◆ 健康保険を使った標準禁煙治療は、12週間に5回のプログラムです。



トブコン診療所では、医療用のニコチンパッチを使用します。

5-2. 禁煙治療の内容

健康保険を使った標準禁煙治療では、以下のような内容の治療を受けることができます。

1. ニコチン依存度の判定（問診などによってどれだけニコチンに依存しているか判定します）
2. 呼気一酸化炭素濃度測定（吐息がたばこによってどのくらい汚れているか検査します）
3. ニコチン依存度に合わせた処方
4. 禁煙に対するアドバイス（禁煙を楽にできるためのコツをお伝えしたり、禁煙に対する想いや不安を聴取します。施設によっては専任の看護師がカウンセリングを行います）

5-3. 禁煙治療を受診するためには

まずは禁煙治療を実施している医療機関を探しましょう。禁煙治療は時間がかかることが多いため、完全予約制の施設が多くなっています。電話で確認をし、予約をとるほうがよいでしょう。

[禁煙医療機関の検索はこちらから](#)

禁煙補助薬

[禁煙のおくすりってどんなもの？ | e-ヘルスネット（厚生労働省）（mhlw.go.jp）](#)

5-4. 禁煙支援プログラム申込

◆対象者

トプコン健保に加入している被保険者

◆設定コース（下記の何れかを選択）

- トプコン診療所受診コース（任意継続被保険者は除く）
- 禁煙外来受診コース

◆申請方法

1) トプコン診療所で処方を受ける場合の申込方法

申請書をダウンロードし、申込書に必要事項を記入のうえ、個人負担500円を添えてトプコン健保組合へ申請してください。

[禁煙支援申込書（トプコン診療所受診コース）](#)

2) 禁煙外来補助金申請方法

最寄りの病院で禁煙外来を受診して禁煙成功した場合は、トプコン健康保険組合までご連絡ください。

以 上