

たばこをやめてこんな  
“わざわしさ”と  
さよならしましょう！

さあ！お近くのお医者さんに  
相談して禁煙治療を始めましょう！  
まずはご相談ください。

お近くの禁煙治療対応医療機関

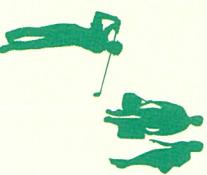
お近くの禁煙治療対応医療機関については  
別紙参照

たばこを吸える  
場所を探し回ら  
なくてよくなる

家族に気を  
遣いながら  
たばこを吸わ  
なくてよくなる

吸いたいのに  
吸えないときの  
ストレスがなくなる

たばこだけが気分転換  
(ストレス解消) の方法で



あなたにも禁煙前とは  
違う新しい生活が  
待っているはずです！

あなたの禁煙はご家族のためにになります。  
奈良県と地域もあなたの禁煙を応援しています。

一度や二度の失敗にくじけず、

何度もチャレンジ！



奈良県

禁煙には  
手遅れは  
ナシ！

いつまでも若々しく健康に…  
家族もそう願っています。



「長年喫煙しても、たばこをやめれば 健康は取り戻せます。」

「ステップ1！」



「48時間後に体内のニコチンがゼロになります。」

「ステップ2!!」



「3ヶ月を過ぎれば咳や息切れ等が改善されています。」

「ステップ3!!!」



「10年後に心臓発作が起こるリスクがたばこを吸わない人と変わらなくなります。」

「たばこをやめるのは大変だ」と思つていませんか？

一般的には禁煙治療は  
5回(12週間)の診察で完了します。

ニコチン切れのイライラもなく、楽に禁煙をはじめられます。

飲み薬(バレニクリン)

禁煙治療のスタートと同時に

たばこをやめる必要はありません。  
薬が効くのは内服から8日ごろ。  
その日から禁煙しましょう。



禁煙治療を完了した方の

78.5%が、治療完了時に禁煙に成功しています。

※参考：中央社会保険医療協議会 診療報酬改定結果検証に係る特別調査(平成21年度調査)ニコチン依存症管理料算定保険医療機関における禁煙成功率の実態調査報告書

健康保険が適用されます。

一定の条件を満たせば禁煙治療には健康保険が適用されます。負担する金額は、12週間1日1箱吸った場合のたばこ代で充分おつりがきます。



飲み薬やサクスの大きい貼り薬は、  
医師による処方が必要です。

「今さらやめてもしようがない」と思つていませんか？