

禁煙奨励金支給規程のご案内

1. 禁煙治療とは

禁煙治療とは、ある一定の基準を満たした喫煙者に対して行われるもので、12週間に5回の治療に健康保険が適用されます。禁煙治療では薬を使うだけでなく、専門の医療者から禁煙アドバイスもらえるため、自力の禁煙と比べてより楽に確実に禁煙できます。

2006年4月から禁煙治療の保険診療「ニコチン依存症管理料」の算定が開始されました。喫煙を単なる「習慣」ではなく依存症として「病気」と捉え、薬物療法を中心とした治療を行います。2020年度からは加熱式たばこ使用者も健康保険による禁煙治療の対象として認められています。また、2020年12月からは、医療機器として国から認められた「禁煙治療用アプリ及びCOチェッカー」が保険診療で使えるようになりました。さらに、かかりつけ医をもっている患者については、5回の治療を医療機関に行かずにオンライン診療で完結することが認められることとなりました。

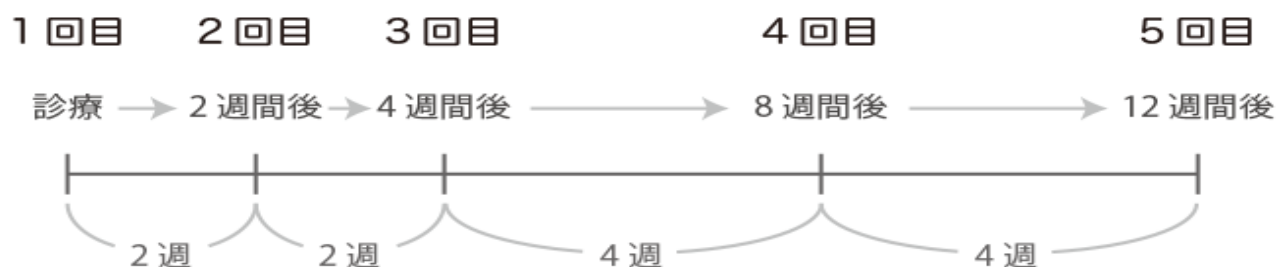
2. 禁煙治療を受けることのできる方

以下の要件をすべて満たした方は、12週間に5回の禁煙治療に健康保険が適用されます。

- 1) ニコチン依存症に係るスクリーニングテストで5点以上、ニコチン依存症と診断された方
- 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
* 20～35歳未満は、喫煙本数や喫煙年数に関わらず治療を受けることができます。
- 3) 直ちに禁煙することを希望されている方
- 4) 「禁煙治療のための標準手順書」に則った禁煙治療について説明を受け、当該治療を受けることを文書により同意された方

3. 禁煙治療の保険診療の流れ

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。



元々、オンラインによる保険診療は、初診と最終回の診療は対面とし、2回目、3回目、4回目はパソコンやスマートフォン等の情報通信機器を用いたテレビ電話で禁煙治療を行うというものでした。2023年から厚生労働省からの指針により、かかりつけ患者の場合は、初診から最終回の診療までの全ての外来を、オンライン診療で行ってよいことになっています。

4. 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…吐く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…状況によって貼り薬や飲み薬を処方します
- 4) 禁煙に対するアドバイス…上手に禁煙できるコツをお伝えしたり、禁煙に対するモチベーション

ンを高めます。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. 禁煙治療を受診するには

まずは禁煙治療を実施している施設を探しましょう。日本禁煙学会のウェブサイトでは、全国の禁煙外来を紹介しています。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。電話やメールで確認をし、予約をとることをお勧めします。

<日本禁煙学会のウェブサイト 全国の禁煙外来紹介>

http://www.jstc.or.jp/modules/diagnosis/index.php?content_id=1

6. 禁煙奨励金支給規程の申請～治療～奨励金支給の流れ

適用者：任意継続被保険者を除く被保険者

- 1) 禁煙治療を受診する医療機関を選定
 - 2) 医療機関を予約
 - 3) 「禁煙奨励金支給申込書(別紙①)」を健康保険組合へ提出
 - 4) 禁煙治療の開始(12週間で計5回の通院と服薬開始)
 - 5) 治療費・薬代の「領収書」と「診療明細書」を保管しておく
 - 6) 禁煙治療の治療終了
 - 7) 禁煙治療終了後1ヶ月以内に「禁煙奨励金支給申請書及び禁煙完了証明(別紙②)」及び「禁煙治療 領収書・診療明細書 貼付けシート(別紙③)」を健康保険組合へ提出
 - 8) 健康保険組合による審査
 - 9) 奨励金の支給(別紙②申請書の提出後3～4ヶ月以内)
- * 禁煙奨励金支給を申請せず健康保険を適用して禁煙外来治療を受けることも可能です。

7. 禁煙奨励金支給規程の期限

本規程(禁煙成功者に奨励金3,000円相当金券支給)は2028年3月31日までの限定措置となります。

* 2028/3/31以降も禁煙治療の保険適用は継続されます。

8. 参考

- 1) 一般的な禁煙治療の料金(保険適用・初診料・再診療・薬代込みの相場)

33,000円～57,000円

本人負担 3 割	健保負担 7 割
10,000円～17,000円 (奨励金-3,000円)	23,000円～40,000円

* 自由診療の場合、健保負担はありません

- 2) 喫煙者のタバコ購入費用

550円(1箱)×365日＝**200,750円/年**(×今後の喫煙年数)

以上