

# 週刊 タバコの正体

皆さん「禁煙外来」って知っていますか。タバコをやめたいと思っているニコチン依存の喫煙者に、禁煙できるよう治療してくれる医療機関の名前です。左のグラフは、その数を示したのですが、年々

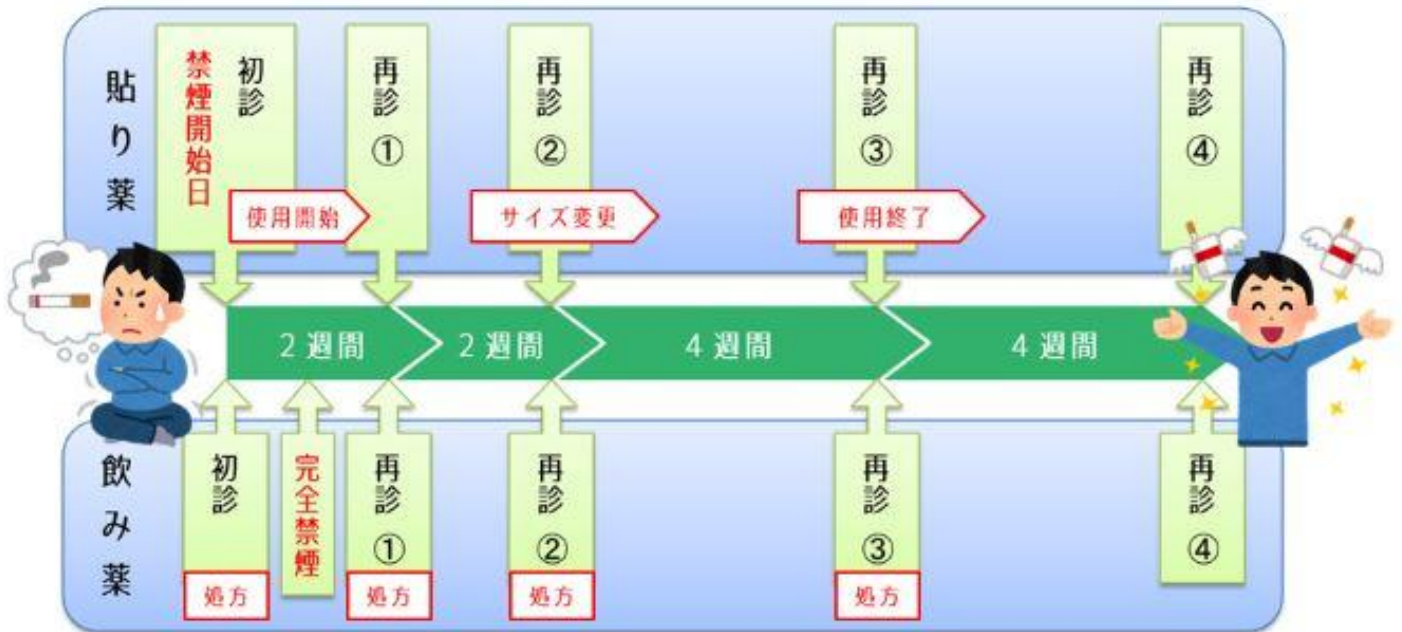


NIKKEI STYLE サイトから

増加していて、現在では1万5千を超えています。

一旦、ニコチン依存症になってしまうと、タバコをやめたいと思いついても、なかなか禁煙できません。だから、皆さんには、タバコを吸い始めないで欲しいと願っているのですが、世間には、多くの喫煙者がいます。

「できればタバコをやめたい」と思いついても、その気持ちだけで、タバコをやめられる人は非常に少ないのが現実なのです。



三野原病院 HP から

## 主な禁煙補助薬の標準的な使い方



**飲み薬**  
バレニクリン  
1日1~2回、  
12週間

**貼り薬**  
ニコチンパッチ  
皮膚に貼り、  
6~10週間

**ニコチンガム**  
最大約3カ月

朝日新聞 DIGITAL から

そこで、そんな人達を左図に示す禁煙補助薬を利用して専門医師が禁煙できるように指導してくれるところが「禁煙外来」で、治療スケジュールは上図のとおりです。

ニコチン依存症は病院で治療してもらえます。

産業デザイン科 奥田 恭久