



アンチエイジングの 特效薬は「禁煙」

ビタミンなどのサプリメントを摂りながらタバコを吸っている人は、ぜひ禁煙を始めてください。

タバコは老化の針を早く進めてしまう「老化促進サプリメント」なのです。

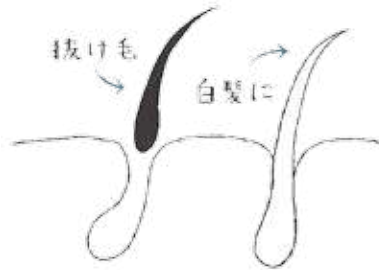
タバコは体内の ビタミンCを減らす

タバコを吸うと、ビタミンCの代謝が早まり、体内のビタミンCが減ります。ビタミンCは美肌づくりには欠かせない成分。しわが多い、顔色が暗い、くちびるの色が悪いなどの「**スモーカーズ・フェイス**」になる前に、禁煙しましょう。



白髪や抜け毛が増える

タバコを吸うと、末梢血管が収縮し、頭皮の血流が低下します。毛根に十分な血液がいきわたらないと、白髪が増えたり、抜け毛が増えたりする原因になります。



歯が黄ばんだり、 歯茎が黒ずんだりする

タバコを長年吸っていると、歯の表面にタールが沈着して黄ばみ、歯垢がたまりやすくなります。また、歯茎にはメラニンが沈着して黒ずみ、血流が悪いため歯周病になりやすく、また治りにくくなります。歯周病とタバコの臭いの混じった口臭も、好感度を下げてしまいます。



そろそろやめようかな…

そんなときはご利用ください

参加される方は、申込書と同意書を日通健保へ送付してください。詳細は日通健保ホームページへ。

禁煙外来の費用を補助します

禁煙プログラム **通院型**

(医療機関に3カ月間・5回通院)

禁煙外来(健康保険適用の医療機関)で禁煙指導や禁煙補助薬(貼り薬:ニコチンパッチ等)を使用した治療を受け、医師から禁煙達成と認められた方に、日通健保が自己負担額(3割分)を補助します。

※日通健保では禁煙補助薬である飲み薬(チャンピックス)の使用は認めていませんので、ご注意ください。

スマホで禁煙!

禁煙プログラム **オンライン型**

(通院なし、6カ月間スマホアプリでサポート)

医師が開発した禁煙支援アプリをどこにいても使用できます。指導もビデオ通話で受けられるので、通院の手間もありません。自宅に届く「ニコチンパッチ」「アプリとコンテンツ」「専属の指導員」の三位一体で禁煙支援します。

