

禁煙

日通健保の禁煙プログラム

日通健保の禁煙プログラムはオンライン型と通院型から選べます。

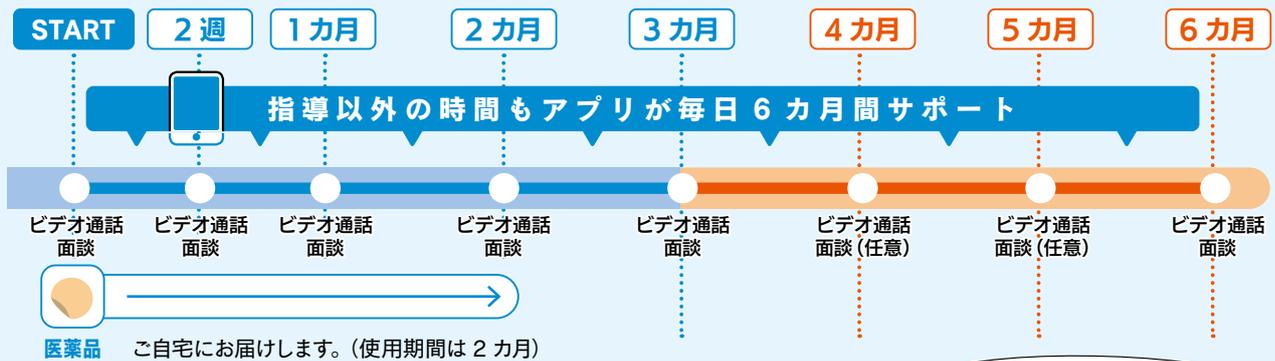
① 禁煙プログラム (オンライン型)

スマホアプリ

総額 (健保負担額) 45,000円 → 自己負担額 0円

ascure (アスキュア) 禁煙プログラム

1 ▶ 医薬品と医師開発の専用アプリが6カ月間しっかりサポート



2 ▶ オンラインビデオ通話で自宅からも面談できる

面談時間(予約制) 火曜～土曜日 12:00～20:00 (1回30～45分)

指導員は日本禁煙学会・日本禁煙科学会認定の指導資格を持つ看護師・薬剤師・管理栄養士です。最初から最後までオンライン通話なので通う手間がかかりません。

オンライン型・通院型とも自己負担なしで受けられます



② 禁煙プログラム (通院型)

通院型の禁煙外来の費用補助

総額 (健保負担額) 約37,000円 → 自己負担額 約57,000円 → 0円

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。

📖 タバコ豆知識

加熱式たばこなら大丈夫？

日本では加熱式たばこ、欧米では電子たばここといった「新型たばこ」を吸う人が急増しています。新型たばこは煙や臭いがほとんどないことから「健康への悪影響が少ない」、「周囲に迷惑がかからない」という理由で吸い始める人が多いのですが、それは誤った認識です。

世界保健機構(WHO)や専門家は、その健康リスクに警鐘を鳴らしています。WHOの見解では、「たばこ葉を含むすべてのたばこ製品は有害であり、加熱式たばこも例外ではない」としています。また、日本呼吸器学会においても、電子たばこや加熱式たばこについて「紙巻たばこよりも健康リスクが低いという証拠はなく、いかなる目的であってもその喫煙や使用は推奨されないと提言しています。

加熱式たばこでも受動喫煙の危険がある？

たばこを吸った後の息や指、衣服や髪の毛などについたたばこの有害物質は、受動喫煙の原因になります。

新型たばこでは、煙が見えなくても、吸っている人がたばこの有害物質を取り込んでいることに変わりはありません。日本呼吸器学会では、「紙巻たばこと同様な二次曝露(受動喫煙)対策が必要である」と提言しています。自分自身の健康だけでなく、大切な人の健康を守るためにも、禁煙を始めましょう。

※加熱式たばこも、禁煙治療の保険対象となっています。

