

ニコチン依存症のチェックをしてみませんか？

～ニコチン依存症のスクリーニングテスト(TDS)～

	設問	はい (1点)	いいえ (0点)
問1	自分が吸うつもりよりも、ずっと多くたばこを吸ってしまうことがありましたか。		
問2	禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありましたか。		
問3	禁煙したり本数を減らそうとしたとき、たばこが欲しくてたまらなくなる ことがありましたか。		
問4	禁煙したり本数を減らしたとき、次のうち、どれか1つでもありましたか。 (イライラ、神経質、落ち着かない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、 胃のむかつき、脈が遅い、手の震え、食欲または体重増加)		
問5	問4の症状を消すために、再びたばこを吸い始めることがありましたか。		
問6	重い病気にかかったとき、たばこはよくないとわかっているのに吸う ことがありましたか。		
問7	たばこのために自分に健康問題が起きているとわかっているのに、吸う ことがありましたか。		
問8	たばこのために自分に精神的問題 ¹⁾ が起きているとわかっているのに、 吸うことがありましたか。		
問9	自分はたばこに依存している感じたことがありましたか。		
問10	たばこが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度かありま したか。		

合計

点

1) 精神的問題とは...禁煙や本数を減らした時に出現する離脱症状(禁断症状)ではなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抑うつなどの症状が出現している状態。

出典: Kawakami N, Takatsuka N, Inaba S, et al. Development of a screening questionnaire for tobacco/nicotine dependence according to ICD-10, DSM-III-R, DSM-IV. Addict Behavi 1999; 24: 155-166

結 果

合計5点以上の方は、ニコチン依存症です。

このまま喫煙を続けると、喫煙者自身の健康に害を及ぼすことはもちろん、周囲にいる人の健康にも害を及ぼします。

この機会に減煙や禁煙にトライしてみませんか？

ニコチン依存症の治療は禁煙外来や市販薬の禁煙補助剤を活用する等の方法があります。禁煙外来は裏面の医療機関一覧を参考にしてください。

ニコチン依存症管理料届出受理医療機関一覧（中部管内）

令和7年4月1日現在

	医療機関名	住 所	電話番号
1	鳥取県立厚生病院	倉吉市東昭和町150番地	0858-22-8181
2	医療法人清和会 垣田病院	倉吉市上井302-1	0858-26-5211
3	医療法人社団 門脇内科医院	倉吉市山根586	0858-26-0607
4	あけしまレディースクリニック	倉吉市幸町507番地18	0858-22-6311
5	福嶋整形外科医院	倉吉市伊木262番地2	0858-26-2711
6	医療法人社団 大石医院	倉吉市西倉吉町22-10	0858-28-1100
7	医療法人社団 森脇クリニック	倉吉市新町3丁目1081-4	0858-22-3387
8	千希会 河本医院	倉吉市津原392番地2	0858-23-5392
9	医療法人 まつだ小児科医院	倉吉市新町3丁目1178番地3	0858-22-2959
10	もりしたクリニック	倉吉市清谷町1丁目215	0858-27-0777
11	上野医院	倉吉市東昭和町38番地	0858-47-6555
12	西倉吉クリニック	倉吉市秋喜185-3	0858-27-1800
13	のぐち内科クリニック	倉吉市上井町一丁目8番地5	0858-24-6101
14	みらい内科クリニック	倉吉市昭和町2丁目233番地	0858-27-1144
15	倉吉シティ内視鏡クリニック	倉吉市伊木215番地3	0858-24-5500
16	医療法人社団 土井医院	東伯郡湯梨浜町龍島508-1	0858-32-0717
17	湯川医院	東伯郡三朝町三朝967-1	0858-43-3399
18	せのお小児科内科医院	東伯郡琴浦町赤碕1984番地10	0858-55-7100
19	赤碕診療所	東伯郡琴浦町赤碕1920番地74	0858-55-0624

データ：中国四国厚生局ホームページ

受診の際は、あらかじめ医療機関にお問合せください。

※禁煙治療は、一定の条件を満たせば、健康保険が適用されます。