



タバコと口腔保健

～歯科医師からのアドバイス～

現在、喫煙はさまざまな全身疾患を引き起こす事が分かっておりますが、喫煙が歯科の疾患とも関連があることは意外にも知られてないようです。

口腔はタバコの煙が一番最初に通過する臓器であり、歯や歯茎はタバコに含まれるさまざまな有害物質に晒されます。

口腔内疾患の中で喫煙と関係があるとされているのは、歯周病、歯肉がん、舌がん、頬粘膜がん、歯と歯茎への色素沈着、口臭、味覚の減退などがありますが、この中でも歯周病との関連性は強く、喫煙者は歯周病の重篤度が高くなり、進行も早く、また治療の効果も出にくいという報告があります。これはタバコに含まれるニコチンをはじめとした有害物質が口腔免疫機構に影響を与え、その機能を低下させるためといわれております。

つまり歯周病菌の進入に抵抗する免疫システムが不具合となり、歯周病菌が暴れまわるのを許し、歯をしっかり支える組織である歯周組織が破壊されてしまうのです。

また、口腔がんの発症率も喫煙者は非喫煙者に比べると2～3倍高くなることも知られております。むし歯や歯周病を予防しようと毎日一生懸命歯を磨いても、タバコを吸って口の中に新たなる敵を招いていたのではせっかくの努力も無駄になってしまいます。(夷隅郡市歯科医師会)



ヘビースモーカーの口腔写真



重度歯周疾患患者の口腔写真 (いずれも歯科医師会提供)

<夷隅健康福祉センター管内で禁煙指導が可能な歯科医院の情報>2019. 6. 30 現在




	歯科医院名	住所	電話番号
勝浦市	磯野歯科医院	勝浦市墨名 565-59	0470-73-5323
	高梨歯科医院	勝浦市墨名 781-7	0470-73-1051
	福永歯科医院	勝浦市墨名 801	0470-73-0350
	鈴木歯科医院	勝浦市興津 2676	0470-76-1081
御宿町	吉野歯科医院	夷隅郡御宿町新町 748	0470-68-2756
大多喜町	さとう歯科医院	夷隅郡大多喜町新丁 99	0470-82-2884
	おおたき歯科医院	夷隅郡大多喜町船子 124-1	0470-82-3411
	若菜歯科医院	夷隅郡大多喜町大多喜 248	0470-82-2918
いすみ市	片倉歯科夷隅診療所	いすみ市苅谷 1129-2	0470-80-5555
	杏春堂歯科医院	いすみ市苅谷 127-2	0470-86-3808
	いすみ森の歯医者さん	いすみ市小沢 191	0470-62-4182

*ここに掲載した歯科医院の情報は、夷隅郡市歯科医師会から提供いただいた情報を掲載しています。

<禁煙補助薬ってどんなもの？>

禁煙を効果的に行うため、用いられる薬剤です。いくつか種類があり医療機関で処方してもらうものと、薬局で購入できるものがあります。医師や薬剤師に御相談ください。



補助薬	ニコチンパッチ	ニコチンガム	バレニクリン
用法	ニコチンを含むものでニコチンを補給しながら禁煙します。貼り薬です。医療用（医師の処方）と一般用（薬局で販売）があります。	ニコチンを含むものでニコチンを補給しながら禁煙します。薬局で販売しています。	ニコチンを含まない内服薬です。医師が処方します。
見本			

<夷隅健康福祉センター管内で禁煙補助薬を取り扱っている薬局の情報> 2019. 6. 30 現在

番号	薬局名	連絡先	所在地	禁煙補助薬の取り扱い		
				ニコチンパッチ	ニコチンガム	バレニクリン
1	スミレ薬局勝浦店	0470-62-6252	勝浦市出水1224-1			○
2	フジヒラ薬局駅前店	0470-73-8601	勝浦市墨名262-1	○	○	○
3	(有) きくや薬局	0470-73-1066	勝浦市墨名791	○	○	
4	有限会社 石野薬局	0470-87-2338	いすみ市岬町長者65	○		
5	エビスヤ薬局	0470-87-2709	いすみ市岬町椎木1864	○	○	
6	エビスヤ薬局 浪花店	0470-64-0081	いすみ市小沢2636			○
7	備前屋薬局	0470-62-0402	いすみ市大原8761-1	○	○	
8	みさき薬局	0470-87-7772	いすみ市岬町東中滝719-4			○
9	みなみ薬局大原台店	0470-62-9439	いすみ市大原台404-6			○
10	ヤックストラッグ 夷隅薬局	0470-80-4711	いすみ市弥生489-1	○	○	○
11	ヤマトヤファーマシー	0470-87-3731	いすみ市岬町長者486-6	○	○	
12	きらら薬局	0470-82-5454	大多喜町泉水651			○
13	高橋薬局	0470-82-2690	大多喜町紺屋23-4		○	
14	ヤックストラッグ 大多喜薬局	0470-82-8808	大多喜町船子855	○	○	
15	補生堂薬局	0470-68-2097	御宿町久保2221-4	○		○

*ここに掲載させていただいた薬局の情報は、保健所が禁煙治療薬のアンケートを実施し回答があった中で情報提供に「同意」をいただいた機関を掲載しています。

夷隅健康福祉センターの管外でも禁煙治療が受けられる医療機関があります。

詳細は千葉県ホームページに掲載されています。 <https://www.pref.chiba.lg.jp/kenzu/tabako/tindex.html>

ちば医療ナビ <http://www.iryu.pref.chiba.lg.jp> 「禁煙」で検索

<夷隅健康福祉センター管内で禁煙補助薬は販売していないが相談のできる薬局>

	薬局名	連絡先	所在地
1	[有]とよせやハラダ薬局	0470-73-0037	勝浦市勝浦34
2	原薬局	0470-76-0004	勝浦市興津2672
3	有限会社 仲佐屋薬局	0470-62-0375	いすみ市大原7951
4	あやめ薬局国吉店	0470-80-4433	いすみ市苅谷1260-1
5	有限会社 石野薬局若葉店	0470-80-2967	いすみ市岬町長者182-5
6	かしの木薬局 和泉店	0470-87-4432	いすみ市岬町和泉1884
7	かしの木薬局	0470-87-8252	いすみ市岬町江場土1729
8	すぎもと薬局大原店	0470-62-5672	いすみ市大原7551
9	タカダ薬局いすみ店	0470-80-4193	いすみ市苅谷1261-1
10	備前屋薬局 深堀店	0470-62-1404	いすみ市深堀1604-9
11	ヤマトヤファーマシー太東店	0470-80-3090	いすみ市岬町椎木468-2
12	みどりヶ丘薬局大多喜店	0470-82-5272	大多喜町久保109-8

*ここに掲載させていただいた薬局の情報は、保健所が禁煙治療薬のアンケートを実施し回答があった中で情報提供に「同意」をいただいた機関を掲載しています。

<禁煙外来は行っていないが、相談できる医療機関> (診察費用はかかります)

	医療機関名	連絡先	所在地
1	勝浦整形外科クリニック	0470-73-7776	勝浦市墨名485-252
2	長島医院	0470-76-0052	勝浦市興津881-5
3	岬病院	0470-87-7811	いすみ市岬町桑田2531
4	いすみこころのクリニック	0470-63-2611	いすみ市大原7954-1
5	大原医院	0470-62-2221	いすみ市大原8773
6	北村整形外科	0470-63-0511	いすみ市大原9304-2
7	外房こどもクリニック	0470-80-2622	いすみ市岬町和泉1880-4
8	土屋外科内科医院	0470-62-0007	いすみ市大原7552
9	永津さいとう医院	0470-87-2223	いすみ市岬町江場土1732
10	ひあり内科医院	0470-60-1266	いすみ市日在1947-10
11	前田記念 大原クリニック	0470-60-4800	いすみ市大原1937-2
12	もりかわ医院	0470-87-3347	いすみ市岬町長者177
13	大多喜病院	0470-82-2714	大多喜町上原786
14	川崎病院	0470-82-2008	大多喜町泉水674
15	小高外科内科	0470-82-2511	大多喜町大多喜62
16	君塚医院	0470-83-0012	大多喜町弥喜用134
17	青葉クリニック	0470-68-7766	御宿町須賀475-1
18	千代田健康開発事業団付属診療所	0470-68-8222	御宿町御宿台132

*ここに掲載した医療機関の情報は、保健所が禁煙治療のアンケートを実施し回答があった医療機関のうち情報提供に「同意」をいただいた機関を掲載しています。

お問合せは、夷隅健康福祉センター 地域保健福祉課 0470-73-0145 (代)まで

作成：夷隅地域・職域連携推進協議会 千葉県夷隅健康福祉センター (夷隅保健所)



あなたとあなたの家族のために禁煙しましょう！

喫煙は、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、肺がん等の呼吸器疾患だけでなく、動脈硬化を基盤とする様々な病気の危険因子となります。

この機会に、あなたとあなたの御家族のために禁煙にチャレンジしてみませんか？

<夷隅健康福祉センター管内で禁煙治療を実施している医療機関の情報>2019.6.30 現在

番号	医療機関名	連絡先	所在地	禁煙治療の診療時間
				開設時間
1	塩田病院	0470-73-1221	勝浦市出水 1221	火・土曜日のみ 午前 9:00～12:00(予約なしで可) 日、祝日は休診
2	越後貫医院	0470-73-3137	勝浦市墨名 672	診療時間内で対応 受付時間:午前 8:30～11:30 午後 14:00～16:30 月・金は午前 9:00～ 土曜日は午前のみ 木、日、祝日は休診
3	川上医院	0470-76-0301	勝浦市興津 147	診療時間内で対応 受付時間:午前 8:30～11:30 午後 14:30～17:00 往診や会議が入ることがあるので事前に確認をお願いします。 水、土曜日は午前のみ 日、祝日は休診
4	大原台クリニック	0470-62-9500	いすみ市大原台 424-4	診療時間内で対応 受付時間:午前 9:00～11:30 午後 14:00～17:30 木・土曜日は午前のみ 日、祝日は休診
5	斎藤医院	0470-63-1821	いすみ市小沢 2532	木曜日午後以外の診療時間内で対応 受付時間:午前 9:00～12:00 午後 14:00～17:00 木・土曜日は午前のみ 日、祝日は休診
6	山本医院	0470-87-9531	いすみ市岬町 東中滝 719-3	予約制(事前に予約をお願いします。) 予約日の午後 14:00～14:30 木、日、祝日は休診
7	吉田外科内科	0470-87-5835	いすみ市岬町 椎木 470	診察時間内で対応 受付時間:午前 9:00～12:00 午後 14:00～17:00 木・土曜日は午前のみ 日、祝日は休診

* 受診の際は、事前にお問合せをお願いします。

<禁煙にかかる治療費の目安>

一定の条件を満たした場合に、禁煙治療は健康保険が適応されます。

35歳未満の方については、1日の喫煙本数 × 喫煙年数 ≥ 200 の要件が廃止されました。

健康保険が適応されて3割負担の場合、8週間から12週間の治療期間で13,000円～20,000円程度となります。たばこ1箱(20本入り)400円とすると、1日10本吸う方で3か月のタバコ代が17,000円程度となります。たばこ代を、禁煙治療代に変更してみませんか？

* 健康保険の適応基準や治療費につきましては、医療機関に御相談ください。

* 健康保険が適用されない方の場合は、自費診療となります。(40,000円～60,000円)

