

敷地内禁煙 Q&A

Q. いつから敷地内禁煙になったのですか？

A. 改正健康増進法の施行に伴って、2019 年 7 月 1 日から敷地内禁煙になりました。

Q. 敷地内でタバコを吸える場所はないのですか？

A. 今までの喫煙所はなくなりました。敷地内でタバコを吸える場所はありません。

Q. 敷地内に駐車している自動車の車内でもタバコを吸えないのですか？

A. 敷地内禁煙では駐車している自動車の車内でも吸えません。

Q. 敷地から一歩外に出れば吸ってもよいのですか？

A. 受動喫煙防止の観点からは、どのような場所であってもタバコから発生する煙やエアロゾルに他人が曝露されないように配慮する必要があります。タバコの煙は風下では 25m まで達することが確認されていますので、敷地外であっても喫煙する場合は周囲に人がいないことを確認する必要があります。なお、京都市では路上喫煙禁止条例で道路等での喫煙は禁止されています。

Q. 加熱式タバコも使用できませんか？

A. 加熱式タバコのエアロゾルにも紙巻きタバコと同様の有害物質が検出されています。少なくとも喫煙者が吐き出す呼気には紙巻タバコと同程度の量のニコチンが含まれ、それが周囲の環境中に排出されます。たとえ有害物質やリスクが紙巻タバコより少ないとしても、受動喫煙の健康被害は免れないので加熱式タバコも敷地内では使用できません。

Q. 禁煙したいのですが、楽に禁煙できる方法がありますか？

A. ニコチン置換法や経口禁煙補助薬を用いると比較的楽に禁煙できます。ニコチンパッチとニコチンガムは薬局でも購入できます。経口禁煙補助薬(チャンピックス)は医師の処方が必要です。

Q. ネットで禁煙の参考になるサイトはありますか？

A. すぐ禁煙.jp(ファイザー)、禁煙サポートサイトいい禁煙(gsk 社)、禁煙のすすめ(日本呼吸器学会)、禁煙推進委員会(日本循環器学会)、禁煙資料館(くまもと禁煙推進フォーラム)などを参考にしてください。禁煙のサイトには電子タバコや加熱式タバコに誘い込むサイトもあるので注意しましょう。

Q. 禁煙外来は受診できますか？

A. 富田病院で禁煙外来をしています。075-491-3241 にお電話ください。京都博愛会病院では敷地内禁煙実施後、8 月から禁煙外来を始める予定です。

Q. 禁煙外来の費用はどのくらいかかりますか？

A. 禁煙治療は保険診療ができますので、自己負担が 3 割の場合、使用する薬にもよりますが、約 3 か月の治療で、薬代を含めて 1 万 3000 円～2 万円程度です。

☆タバコに関する質問・疑問は内科栗岡医師までお気軽にお問い合わせください。