

禁煙外来 事前問診票

皆様の治療方針を決定する際の参考にしますので、以下の質問に回答してください。

ふりがな 氏名	年齢	性別
学部・学年 学生番号	部署 職員番号	

1、人生で初めてタバコを吸ったのは何歳の時ですか？そのきっかけも教えてください。

17歳のとき、同級生に勧められて

2、習慣的にタバコを吸うようになったのは何歳頃からですか？

22歳頃、就職してから

3、タバコは何を吸っていますか？銘柄を教えてください。

メビウス 1mg スーパーライト

4、1日に何本くらい吸っていますか？

20本くらい

5、これまでで一番多く吸っていた時期は1日に何本くらい吸っていましたか？

40本くらい吸っていた時期もあった

6、最後に吸ったのはいつですか？(記載不要。外来当日に記載していただきます。)

7、これまでに禁煙しようとしたことがありますか？もしあるならばどのようにして禁煙し、どれくらい続けましたか？また吸い始めたきっかけも教えてください。

部署異動を機に禁煙しようと思い、10年程前に一度禁煙外来でパッチをもらったことがあるが、やめられなかった。

8、来校中及び勤務中にタバコが吸えないことを辛いと感じたことがありますか？あるならばそのときはどのようにして対処していましたか？

基本的に勤務中は、休憩時間以外は吸いに出いけないので我慢している。コーヒーやガムで我慢していることもある。

- 9、朝起きてから最初の一本を吸うのはいつ頃ですか？一番近いものにチェックを入れてください。
- 起床後 5 分以内
 - 6～30 分以内
 - 31～60 分以内
 - 1 時間以上
- 10、同居者にタバコを吸う人はいますか？それは誰ですか？
- いる(が吸う)
 - いない
 - 一人暮らし
- 11、夜は眠れる方ですか？
- はい
- 12、胃が弱い方ですか？胃カメラを受けたことがあればその結果も教えてください。
- そんなに特別弱い方だとは思わない。
5年前に胃カメラをして胃食道逆流症と診断され治療を受けている。
- 13、これまでに大きな病気にかかったこと、手術歴等がありますか？
- 10年前、脳動脈瘤の手術をした。
- 14、現在何か治療中の病気がありますか？内服中の治療薬も教えてください。
なお、治療中の場合は、主治医に禁煙外来に参加することを話されていますか？
- (※禁煙外来初日は、お薬手帳の持参をお願いいたします)
- 高血圧と胃食道逆流症治療中。
ノルバスク (5mg) とパリエット (10mg) 内服中。
主治医からは、禁煙外来参加の許可は得ている。
- 15、コーヒーは好きな方ですか？
- あれば飲む程度。毎日飲んではない。
- 16、何かスポーツはしていますか？
- 特にしていない。
- 17、お酒を飲む頻度を教えてください。
- 自宅ではほとんど飲まない。宴会など付き合いの際は普通に飲める。
- 18、食事は三食きちんと食べる方ですか？特に朝食を摂っているか否かを教えてください。
- 朝食を含め三食必ず摂っている。

19、皮膚は弱い方だと感じますか？
特に問題は感じていない。

20、女性の方へ：現在妊娠している可能性がありますか？
ありません。

21、下記の質問を読んであてはまる項目に✓を入れてください。

設問内容	はい 1点	いいえ 0点
問1. 自分が吸うつもりよりも、ずっと多くタバコ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に、タバコがほしくてほ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に、次のどれかがありましたか。(イライラ、神経質、落ちつかない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手のふるえ、食欲または体重増加)	✓	
問5. 問4でうかがった症状を消すために、またタバコ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に、タバコ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. タバコ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. タバコのために自分に精神的問題 ^(注) 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. 自分はタバコに依存していると感じることがありましたか。	✓	
問10. タバコ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	8点	

(年齢-Q2)×Q5=プリंकマン指数

点 ※保健センターが記入します。

質問は以上です。

何か個別に尋ねたいことや疑問点があれば下記に自由に記載ください。個別に回答いたします。

- 軽いタバコを吸っていますが、健康への影響は普通のタバコに比べて小さいのですか？
- 禁煙すると太るのではないかと心配しています。何か方法がありますか？

長崎大学 保健センター