

禁煙補助財

禁煙は常識というまでになった昨今ですが、まだまだ止められないという方がたくさんいます。やめたいが止められないのが「ニコチン依存症」で、「タバコをすうとホッとする」「気分が安らぐ」というような方がこれに当たります。

ニコチンは非常に吸収されやすく、最初の一服からわずか30秒で血中ニコチン量が増えるといわれています。そのニコチンが気分を安らげるわけで心理的にも身体的にも依存になりやすいわけです。これが禁煙できない状態を作り出すのです。

最近、禁煙を支援するガムやパッチ（身体に貼る）などの禁煙補助財が発売されましたので、気持ちだけで禁煙と戦っていた時代とは異なり、楽に禁煙が可能になってきました。

禁煙補助財は弱くニコチンを身体に吸収させニコチン依存の症状を和らげ禁煙イライラを防ぎ身体依存をとり、持続使用で心理的な依存も和らげ禁煙できるようにしたものです。

しかし禁煙意思がいらぬで止められるかといえばそうとばかりはいえません。重度の喫煙者はより強い禁煙意志が必要ですし軽度の方でも禁煙希望を持ちましょう。身体的には補助財は大変有効ですが、最終的には心理的な禁煙意識がいい結果をもたらすからです。

喫煙者は喫煙理由をいろいろ言いますが、「禁煙の失敗」を恐れて誤魔化すための理由を言っているのです。そして、そう言う方のほとんどは禁煙の失敗者です。禁煙補助財はそういう方の禁煙を助けるのです。