



須知事項：

吸菸與戒菸方法

做您自己的健康擁護者！

使用 Medicaid 福利幫助自己保持健康。



如果您對於使用福利方面有任何疑問，請撥打 Medicaid 卡片上列出的電話號碼。

紐約州 Smokers'

Quitline 可以協助您戒菸。

- Quitline 是一項免費且保密的計畫。
- 這項計畫為希望戒菸或停止使用其他形式的菸草的紐約市民提供指導、訣竅與工具。
- 若要深入了解，請撥打 1-866-NY-QUITS (1-866-697-8487) 或造訪計畫的網站 www.nysmokefree.com

若需深入了解吸菸與如何戒菸的資訊，請造訪：

www.health.ny.gov/prevention/tobacco_control/campaign/quit_smoking

吸菸是一種危險的嗜好

您是否知道.....？

- 菸草製品、電子菸與蒸氣電子菸產品皆含有尼古丁。尼古丁是一種極易成癮的危險藥物。
- 吸菸是美國名列前茅的可預防死因。¹
- 吸菸會導致許多疾病。可能導致 16 種癌症、心臟病、中風、慢性阻塞性肺病 (Chronic Obstructive Pulmonary Disease, COPD)、眼疾、第 2 型糖尿病及類風濕性關節炎。²
- 戒菸是改善您健康所能採取的最重要方式之一。無論您的年紀大小或是菸齡長短，戒煙真實有效。³
- 由於二手菸也可能導致疾病與死亡，所以戒菸也可以保護您的家人朋友，讓他們遠離有害的二手菸。

如何戒菸

- 獲得醫療協助阻斷成癮。您的醫療保健提供者給予的治療可以有效協助您戒菸。⁴
- 請謹記，電子菸比吸菸的安全性高的說法尚未經過證實。電子菸是一種危險的嗜好。美國食品藥物管理局 (Food and Drug Administration, FDA) 尚未核准將電子菸做為抑制吸菸的方式。
- 請利用您的健康計畫福利來幫助戒菸。FDA 核准了許多戒菸方式，且獲得 Medicaid 承保。
- 別放棄！戒菸也許很難，但是您一定可以做到。許多人已經成功戒菸，您也可以。

Medicaid 承保哪些項目？



門診，以便您可以諮詢醫療保健提供者，並共同制定戒菸計畫。



FDA 核准的戒菸藥物（貼劑、口嚼錠、錠劑、吸入劑、鼻腔噴霧與藥丸）。



諮詢以協助您戒菸。無論您需要幾次戒菸諮詢課程，Medicaid 均能承保。

您可以從許多類型的醫療保健提供者處獲得諮詢服務，包括醫生、護士、助產士、牙科專家、心理學家及社會工作者。



您的醫療保健提供者提供的重複治療，以防您需要一次以上的戒菸治療。



諮詢與藥物，以協助您戒除使用電子菸的習慣。

^{1,2}: https://www.health.ny.gov/prevention/tobacco_control/

³: https://www.cdc.gov/tobacco/quit_smoking/how_to_quit/benefits/

⁴: https://www.health.ny.gov/prevention/tobacco_control/campaign/quit_smoking/quit.htm