



필수 안내 사항:

흡연과 금연 방법

스스로 맞춤형 건강
조언가가 되십시오!
Medicaid 혜택을 통해
건강한 삶을 유지할 수
있도록 도움을 받으십시오.

**혜택 이용에 관해
궁금한 사항은
Medicaid 카드에
기재된 전화 번호로
문의하시기 바랍니다.**

**NYS 흡연자 금연 라인
(Smokers' Quitline)은
여러분의 금연을 도울 수
있습니다.**

- 금연 라인(Quitline)은 무료이고 기밀이 보장되는 프로그램입니다.
- 금연을 원하거나 다른 형태의 담배를 이용하는 뉴요커들을 위한 코칭과 조언과 도구들을 제공합니다.
- 더 상세한 내용은 1-866-NY-QUITS (1-866-697-8487)로 전화하거나 웹사이트, www.nysmokefree.com을 방문하십시오.

흡연과 금연에 대하여 더
상세한 정보를 얻기 위해,
여기를 방문하십시오
[www.health.ny.gov/prevention/
tobacco_control/campaign/
quit_smoking](http://www.health.ny.gov/prevention/tobacco_control/campaign/quit_smoking)

흡연은 위험한 중독입니다

알고 계셨습니까...?

- 니코틴을 포함한 모든 담배 제품, 전자 담배 및 불연성 흡연 제품. 니코틴은 매우 중독성이 강하고 위험한 약물입니다.
- 흡연은 미국에서 예방 가능한 죽음을 일으키는 주요 원인입니다.¹
- 흡연은 많은 질병을 일으킵니다. 16가지의 암, 심장병, 뇌졸중, 만성 폐쇄성 폐 질환(chronic obstructive pulmonary disease, COPD), 안과적 질환, 2형 당뇨병 및 류머티즘성 관절염을 일으킵니다.²
- 여러분의 건강을 개선하기 위해 취해야 할 가장 중요한 조치 중의 하나는 금연입니다. 여러분의 나이나 얼마나 오랫동안 흡연을 했는지는 전혀 문제가 되지 않습니다.³
- 금연은 또한 여러분의 가족과 친구들을 질병과 죽음을 일으킬 수 있는, 해로운 간접흡연으로부터 보호할 수 있습니다.

금연 방법

- 중독을 끊기 위해 의학적 도움을 받으십시오. 의료 서비스 제공자로부터 받는 치료는 금연에 효과가 있음이 입증되었습니다.⁴
- 전자 담배가 흡연보다 더 안전하다는 것이 입증되지 않았음을 기억하십시오. 전자 담배는 위험한 중독입니다. 미국 식품의약국(Food and Drug Administration, FDA)은 금연의 방법으로 전자 담배를 승인하지 않았습니다.
- 여러분의 건강 계획 혜택을 금연하는 데 사용하십시오. FDA가 승인하고 Medicaid가 보장하는 많은 금연 방법이 있습니다.
- 포기하지 마십시오! 금연이 힘들지만, 여러분은 할 수 있습니다. 사람들은 금연에 성공했고 여러분도 역시 할 수 있습니다.

Medicaid가 무엇을 보장합니까?



내원, 그러므로 여러분은 의료 서비스 제공자와 논의하여 금연 계획을 함께 세울 수 있습니다.



FDA는 금연 **약품**(패치, 껌, 약용 캔디, 흡입기, 비강 스프레이 및 알약)을 승인했습니다.



금연을 돕기 위한 상담을 받으십시오. Medicaid는 여러분이 필요한 금연 상담 세션만큼 보장합니다.

귀하는 의사, 간호사, 조산사, 치과 전문의, 심리 치료사, 사회복지사 등 여러 의료 서비스 제공자로부터 상담을 받으실 수 있습니다.



의료 서비스 제공자로부터의 반복된 치료, 한 번 이상 금연을 시도할 경우를 위함입니다.



불연성 흡연 또는 전자 담배를 끊는 것을 돕기 위한 상담과 약품.

^{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