

面對戒菸藥物，我的選擇是什麼？

前言：

戒菸的好處多多，事實上，只要停止吸菸身體狀況立刻就能夠得到改善。但是在尼古丁的控制下要靠意志力戒菸是非常辛苦的。

古丁的控制下要靠意志力戒菸是非常辛苦的。

此時若適度的使用戒菸藥物，協助破除生理依賴，將有助於您緩解戒菸時的不適感，有效提高成功率。

此時若適度的使用戒菸藥物，協助破除生理依賴，將有助於您緩解戒菸時的不適感，有效提高成功率。

此時若適度的使用戒菸藥物，協助破除生理依賴，將有助於您緩解戒菸時的不適感，有效提高成功率。

此時若適度的使用戒菸藥物，協助破除生理依賴，將有助於您緩解戒菸時的不適感，有效提高成功率。

此時若適度的使用戒菸藥物，協助破除生理依賴，將有助於您緩解戒菸時的不適感，有效提高成功率。

適用對象：

中度菸癮以上、菸量一天十支以上有意願戒菸者。

戒菸好處 身體最清楚



自我檢查：身體有以下病症者或是特殊身分者不能使用戒菸藥物喔！

- 嚴重心律不整者
- 急性心肌梗塞患者
- 不穩定或惡化的狹心病患者
- 近期有中風情形者
- 兩週內做過心導管及放置心臟血管支架者
- 18歲以下青少年
- 孕婦與哺乳中婦女

疾病或健康議題簡介

在臺灣，每年約有 2 萬 4,000 名吸菸者死於吸菸及近 2,600 名非吸菸者死於二手菸害，平均不到 20 分鐘就有 1 人因菸害而失去生命。吸菸者幾乎都知道菸品對身體不好，也大多有想過要戒菸，但是自己戒菸能夠持續超過半年的機會只有 5%，原因就在尼古丁的依賴。若能在戒菸藥品的幫助下，讓尼古丁緩慢下降，戒菸就不難。

本表的目的是引導打算使用戒菸藥品者，選擇合適的藥物。

醫療選項簡介

目前經科學研究證實有效的戒菸藥品，最主要分為「尼古丁製劑」和「非尼古丁製劑」二大方式，它們都可以降低戒菸時的不舒服與想吸菸的慾望，並增加戒菸的成功率。

尼古丁製劑：本院所使用的「尼古丁製劑」分別為貼片與口嚼錠，分別從皮膚或口腔吸收

1.貼片

可以維持一整天體內穩定的尼古丁濃度，有效降低想吸菸的念頭、且具有隱密性，使用遵從性高。使用初期較容易出現皮膚發紅、發癢的現象，因 24 小時吸收尼古丁，較無法應付突然產生的菸癮，也可能會有多夢或失眠的狀況產生。

2.口嚼錠

想吸菸時取一片放口中緩慢地咬 30 分鐘，尼古丁吸收後即可緩解突然產生的菸癮，吞入大量含有尼古丁的口水，較容易出現咽喉刺激及胃脹，噁心等情形。

非尼古丁製劑：本院的「非尼古丁製劑」為「戒必適」

是一種方便，效果迅速的戒菸藥物，能有效降低想吸菸的衝動，且不會產生停止使用藥物後的依賴性。初期使用時可能容易發生嗜睡、注意力不集中、腹脹、噁心感等情形，也可能會有異夢(逼真或不尋常的夢)或失眠的狀況，使用一段時間後待身體適應，用藥所產生的不舒服現象會慢慢緩解，按時用藥不隨便停藥，效果更穩定。

您目前比較想要選擇的方式是：

貼片

口嚼錠

口服藥

目前還無法決定

請透過以下步驟來幫助您做決定：

步驟一、選項的比較

尼古丁製劑

藥品	貼片		口嚼錠
劑量	貼片 20	貼片 30	2 毫克
優點	<ul style="list-style-type: none"> ● 長效型可作用 24 小時，可提供穩定濃度的尼古丁 ● 可緩解固定時間抽菸者(老菸槍)不抽菸後所產生的明顯不舒服，例如頭暈、脾氣暴躁、焦慮...等 ● 使用時精神可保持清醒不易感到困倦 		<ul style="list-style-type: none"> ● 短效型可應付突如其來的菸癮 ● 菸量一天 30 支以上、菸癮高者，可搭配尼古丁貼片使用
缺點	<ul style="list-style-type: none"> ● 大量流汗易脫落 ● 容易引起皮膚搔癢或過敏情形 ● 無法應付突然產生的菸癮 		<ul style="list-style-type: none"> ● 因為經由口腔黏膜吸收尼古丁，易產生咽喉刺激 ● 有胃潰瘍、十二指腸潰瘍者、胃食道逆流禁用 ● 使用時可能會黏住活動性假牙

不含尼古丁製劑(戒菸口服藥)

藥品與劑量	0.5 毫克	1 毫克
優點	方便、效果迅速	
缺點	<ul style="list-style-type: none"> ● 可能容易產生嗜睡、注意力不集中、腹脹等 ● 肝、腎功能異常者，需經醫師評估後用藥 	

步驟二、選擇戒菸藥物的種類時，我在意的項目有哪些？

我該選擇「尼古丁製劑」還是「戒菸口服藥」的治療呢？

請回答以下問題	使用尼古丁製劑	←————→	戒菸口服藥
我害怕工作時無法保持清醒？	害怕	普通	可接受偶有睡意
我目前肝、腎功能狀態？	異常狀態	不確定無異常狀態	
我目前抽菸習慣？	固定時間抽菸 (抽菸只是習慣性)	不一定	我想抽菸才抽
我抽完菸感覺如何？	不覺得特別舒服	不確定	覺得特別舒服
我在禁菸場所感覺如何？	無法忍受 長時間不抽菸	普通	能忍受 長時間不抽菸
能忍受不抽菸後所產生的明顯不舒服嗎？ 例如頭暈、脾氣暴躁、焦慮	不能忍受	不確定	可以忍受

步驟三、您對戒菸藥物的認知有多少？

- 1.最近有中風情形或者是兩週內做過心導管/放置支架者適合使用戒菸藥物嗎？
適合 不適合 不知道
- 2.戒菸藥物主要分為尼古丁製劑與戒菸口服藥，尼古丁製劑分為哪兩種呢？
貼片與嚼錠 嚼錠與口服藥 針劑與貼片
- 3.使用哪種戒菸藥物的副作用可能容易產生嗜睡、注意力不集中呢？
貼片 嚼錠 戒菸口服藥
- 4.通常有固定時間抽菸者(俗稱老菸槍)，較適合使用以下哪種治療藥物呢？
貼片 嚼錠 戒菸口服藥
- 5.哪種戒菸藥物可以瞬間緩解突如其來的菸癮呢？
貼片 嚼錠 戒菸口服藥

步驟四、您現在準備選擇戒菸藥物了嗎？

- 我已經選擇想要使用的戒菸藥物了，我決定選擇：
貼片 嚼錠 戒菸口服藥
- 我現在還無法決定，因為
- 我想要再與其他人討論
- 對於以上的治療方式，我還想要了解更多，我的問題有：
