

淺談戒菸藥物



文/藥劑科 鄭凱妮 實習生

戒除菸癮的方法有很多，使用戒菸藥物可有效提高戒菸成功率。戒菸藥物主要分為兩種，包括尼古丁替代療法及非尼古丁替代療法。使用尼古丁替代療法的過程中不可以再吸菸，以避免尼古丁過量。

尼古丁替代療法

透過給予戒菸者一個穩定且低劑量的尼古丁含量，以減緩尼古丁戒斷症狀。藥品屬指示藥，含有不同劑型，包括貼片、咀嚼錠、口腔吸入劑及口含錠。貼片為長效劑型，而咀嚼錠、口腔吸入劑及口含錠為短效劑型。本次針對院內戒菸藥物三個品項做簡單介紹。

1. 尼古丁貼片：

如克菸貼片。屬於長效定量型藥品，一天一次，貼在清潔、乾燥、無毛且完整的肌膚，用手掌輕壓十秒以助服貼。每天避免貼於相同部位，使用後的貼片可能殘留尼古丁，故需對折丟棄。優點：1.使用方便；2.為經皮吸收，不傷腸胃，適用於吞嚥不易者或有胃潰瘍病史者。缺點：1.局部皮膚刺激；2.為長效劑型，無法立即緩解菸癮。

2. 尼古丁咀嚼錠：

如克菸咀嚼錠。有特定的咀嚼方式，口訣：嚼（十下），停（三分鐘）→ 重複以上步驟30分鐘。停的時候把咀嚼錠放在臉頰與牙齦中間，釋出的尼古丁會藉由口腔黏膜吸收。每片約可抵菸癮1-2小時，固定每隔1.5-2小時使用一片比菸癮上來時再使用的戒菸成功率更佳。優點：1.滿足咀嚼欲，分散注意力；2.彈性劑量適合個人需求。缺點：1.咀嚼會有辛辣感，造成口

腔局部刺激；2.不可持續咀嚼避免造成腸胃不適。

非尼古丁替代療法

顧名思義不含尼古丁，藥物在大腦直接阻斷尼古丁接受器，降低抽菸的渴望。也是處方藥品，需醫師處方箋。

戒必適

療程約8週，設定戒菸日，自戒菸日的前一週開始服藥，隨著療程有不同劑量。在服藥的第一週不一定要絕對禁菸，但需逐漸減低吸菸量，自戒菸日後就不可再吸菸。即使戒菸期間已成功停止吸菸，仍建議要完成8週的療程，以確保更長期的戒菸效果。優點：1.成功率高；2.服藥順從性佳。缺點：頭痛、睡眠問題或腸胃不適等副作用。

成功戒菸的方法有很多，除了戒菸藥物之外，還需個人意志力及家人的支持。政府積極推廣二代戒菸服務，提供數個管道給有意願的民眾利用。民眾可諮詢專業的醫療人員，遵循醫囑正確使用戒菸藥物以達到最佳的戒菸效果。

下圖為院內戒菸藥物品項：



參考資料：衛生福利部國民健康署、Dynamed、藥品仿單