

我想戒菸

適合我的戒菸輔助藥物是什麼？



當您藉由意志力戒菸，但都無法戒除時，代表您需要思考，您可以使用最有效且用最短時間的方式，來協助您戒菸。

這份資料可以幫助您了解目前戒菸輔助藥物有哪些，更重要的是，醫療團隊可以藉由這份表單，了解您的想法及戒菸過程中最在意的事情，幫助您找出最適合自己的藥物。

戒菸成功率

✧ 吸菸個案不靠藥物或他人幫

忙，成功戒菸機率約 3-5%。

✧ 使用戒菸輔助藥物(如：尼古清戒菸噴劑、咀嚼錠、貼片)，可提高戒菸成功率。



靠意志力

100 人 3-5 人成功



用藥+衛教

100 人 28 人成功

戒菸輔助藥物介紹

✧ 目前戒菸輔助藥物分為『尼古丁』，詳述如下：

尼古丁製劑



掃描QR code
看操作示範影片

噴霧



掃描QR code
看操作示範影片

咀嚼錠



掃描QR code
看操作示範影片

貼片

我想戒菸 適合我的戒菸輔助藥物是什麼？

戒菸輔助藥物使用方式介紹

貼片 每天 **1** 片 (24 小時 1 片)



黏貼處需

乾淨、無毛



每天
更換
不同部位



特性

貼片緩慢釋放尼古丁，維持體內 24 小時藥效，成癮性低，但無法立刻緩解想抽菸的衝動。長期使用仍有成癮疑慮，故不宜長期使用。

咀嚼錠 每次 **1** 顆



1. **嚼**

放入口中慢咬
10 下



2. **含**

放在舌下或兩
頰，含 3 分鐘，
等藥物釋放



3. **重複動作**

重複慢咬 10
下，含在兩頰
跟舌下 3 分
鐘

4. 使用 30 分
鐘，失去效
果，衛生紙包
好丟棄



特性

尼古丁依咀嚼速度釋放藥效，有效緩解突然來的菸癮，成癮性低。長期使用仍有成癮疑慮，故不宜長期使用。

噴劑 1 噴代表一支菸

1


要使用時，
請先壓下黑色按鈕

2


壓下按鈕後向上推，
直到噴嘴卡榫定位

3


對準口腔，按壓噴霧1下
避免噴到嘴唇

若需加強緩解菸癮，請在2分鐘後使用第2下

4

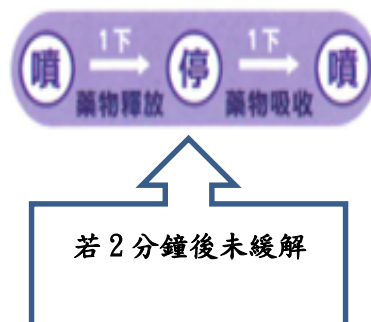

使用後，請壓下按鈕，
將噴嘴向下完全收回。

特性

藉由口腔黏膜吸收，以緩解菸癮或戒斷症狀。

噴霧作用速度快，能夠即時釋放尼古丁，立即緩解菸癮。

➤ 藥物劑量依醫師指示使用



我想戒菸 目前我想選擇的戒菸輔助藥物是什麼？



噴劑



咀嚼錠



貼片



需與醫師討論

我想戒菸 適合我的戒菸輔助藥物是什麼？

步驟

1

比較 3 種戒菸輔助藥物

噴劑

咀嚼錠

貼片

 不適用	 孕婦、哺乳  曾對此藥物過敏者	 孕婦、哺乳  心臟病	 皮膚紅疹癢  孕婦、哺乳  心臟病
使用方式	 噴劑	 咀嚼錠	 貼片
優點	 速效  攜帶方便  安全	 速效  隨時可以使用	 長效  一天一片
副作用	 噁心、口腔刺激、腸胃不適  頭痛	 失眠  噁心、口腔刺激、腸胃不適	 皮膚紅疹、腫、癢

藥物使用上有任何不適，請與醫師討論，更改藥物使用

我想戒菸 適合我的戒菸輔助藥物是什麼？

步驟
1

比較 3 種戒菸輔助藥物

	噴劑	咀嚼錠	貼片
注意事項	 • 開始停止吸菸。  • 避免直接吸入喉嚨  • 若出現口腔及喉嚨腫脹、發癢，請告知醫師	 • 開始停止吸菸  • 不可吞服  • 喝酸性飲料(如：果汁、汽水、可樂、咖啡、茶)要等 15 分鐘再開始使用	 • 開始停止吸菸  • 失眠，睡前可撕掉  • 核磁共振前要撕掉(對熱敏感怕皮膚燙傷)
成功率	  有藥物輔助戒菸成功率可提升為 20%至 30%	  持續使用 6 個月的戒菸成功率 100 人有 26 個戒菸成功	  持續使用 6 個月的戒菸成功率 100 人有 23 個戒菸成功

含尼古丁戒菸藥可合併使用，提升戒菸成功率，需與醫師討論後決定

我想戒菸 適合我的戒菸輔助藥物是什麼？

步驟

2

您在意的是什麼？

您在意的是	不在意	普通	在意	非常在意
1. 戒菸輔助藥物的方便使用	1	2	3	4
2. 戒菸輔助藥物效果迅速，隨時可以使用	1	2	3	4
3. 口腔有傷口，擔心口腔刺激性	1	2	3	4
4. 皮膚敏感或易流汗體質	1	2	3	4
5. 戒菸輔助藥物含有尼古丁	1	2	3	4
6. 有效緩解戒菸初期的不舒服症狀	1	2	3	4
7. 戒菸輔助藥物成功率	1	2	3	4

步驟

3

您對藥物的認知足夠嗎？

吃戒菸輔助藥物就不需用意志力控制自己不吸菸了？	對	不對	不確定
含尼古丁戒菸輔助藥物可以合併使用？	對	不對	不確定
有副作用產生，可以更換藥物？	對	不對	不確定
長期使用尼古丁戒菸輔助藥物會成癮？	對	不對	不確定

我想戒菸 適合我的戒菸輔助藥物是什麼？

步驟

4

您確認好選擇何種藥物了嗎？

我已經**確認**適合我的戒菸輔助藥物是？



噴劑



咀嚼錠



貼片

我目前還**無法**決定



與醫師討論後
決定用藥



暫時無法
決定用藥

我想了解的問題是：

完成評估後，請您攜帶這份單張與戒菸醫師討論。