

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、口服藥)，

可提高戒菸成功率。



靠意志力

100 人 3-5 人成



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』與『非尼古丁』，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

非尼古丁製劑



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



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



3. **重複動作**
重複慢咬 10 下，含在兩頰跟舌下 3 分鐘



2. **含**
放在舌下或兩頰，含 3 分鐘，等藥物釋放



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

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。



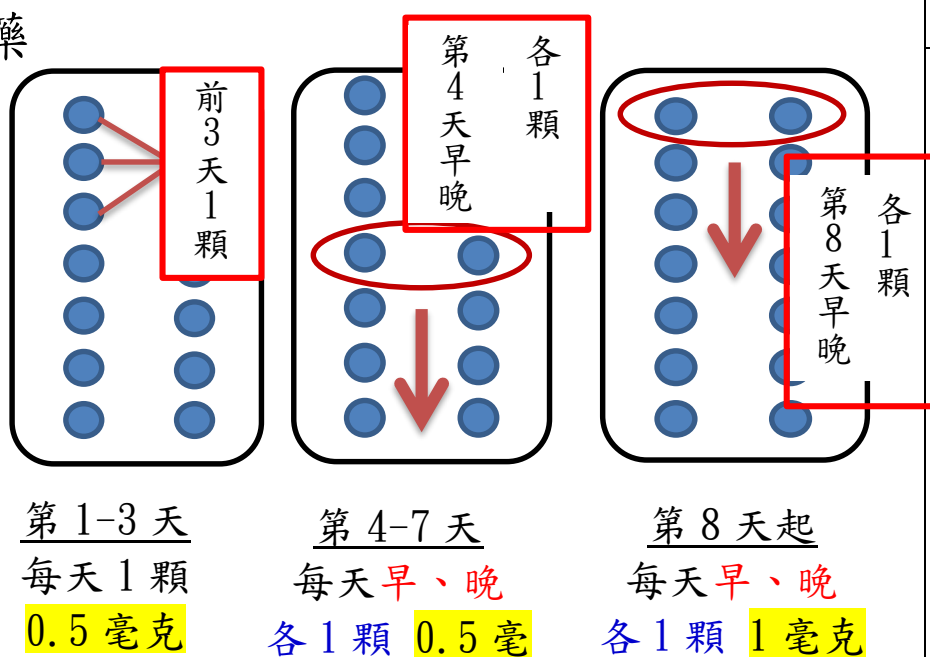
➤ 藥物劑量依醫師指示使用

若 2 分鐘後未緩

口服藥

特性

不含尼古丁成分的藥物，直接作用在大腦，服用後會不想吸菸，有效降低想吸菸的衝動。



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
 ☐ 口服藥
 ☐ 合併用藥
 ☐ 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 4 種戒菸輔助藥物

	噴劑	咀嚼錠	貼片	口服藥
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	 曾對此藥物過敏者
使用方式	 噴劑	 咀嚼錠	 貼片	 口服藥
優點	 速效  攜帶方便  安全	 速效  隨時可以使用	 長效  一天一片	 方便使用  減輕戒菸初期不適
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	 失眠  噁心、頭痛
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 4 種戒菸輔助藥物

	噴劑	咀嚼錠	貼片	口服藥
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • 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) 	<ul style="list-style-type: none"> • 使用後注意駕駛精神狀態 • 若出現情緒改變請告知醫師 • 建議飯後配一杯 250CC 開水服用
成功率	 <p>有藥物輔助戒菸成功率可提升為 20%至 30%</p>	 <p>持續使用 6 個月的戒菸成功率 100 人有 26 個戒菸成功</p>	 <p>持續使用 6 個月的戒菸成功率 100 人有 23 個戒菸成功</p>	 <p>持續使用 6 個月的戒菸成功率 100 人有 33 個戒菸成功</p>

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	比較接近←→比較接近				如果您非常在意這件事建議您可以考慮選擇的方案
1. 戒菸輔助藥物效果迅速，隨時可以使用	1	2	3	4	不適合使用長效藥物
2. 口腔有傷口，擔心口腔刺激性	1	2	3	4	不適合使用噴劑/咀嚼錠
3. 皮膚敏感或易流汗體質	1	2	3	4	不適合使用貼片
4. 戒菸輔助藥物含有尼古丁	1	2	3	4	不適合使用尼古丁藥物
5. 使用戒菸藥物的副作用	1	2	3	4	與醫生討論
6. 戒菸輔助藥物成功率	1	2	3	4	使用戒菸輔助藥物

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



貼片



口服藥



合併
用藥

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

我想知道的問題是：

完成評估後，請您攜帶這份單張與戒菸醫師討論。