

戒菸藥物簡介

什麼是戒菸藥物？

幫助戒除菸癮的方式有許多，其中若配合戒菸輔助的藥物能大幅提高戒除成功率。菸草裡含有許多影響人體健康的成分，孕婦若吸菸可能導致生出畸型兒，一般人吸菸會造成皮膚牙齒狀況變差，也可能引發心血管、肺部與呼吸道疾病、性功能障礙，甚至癌症...等。菸草之中，會導致吸菸成癮的物質被證實是叫做「尼古丁」的成分，當抽菸時，尼古丁會迅速被人體吸收，刺激腦神經與人體多種器官，產生愉悅、放鬆、提神、容易專注的感覺，或排便順暢的反應。一旦尼古丁效果消除或是開始戒菸時，身體便產生許多不舒服感覺，被稱作「戒斷症狀」，會出現例如焦躁不安、疲倦難以集中精神、淺睡多夢，甚至失眠、便秘、體重增加，導致人們想要再次吸菸以重新獲得好的感覺，來減少不舒服的感受。以上是常常造成戒菸失敗的原因。因此，單純依靠意志力來戒菸顯得更加困難，於是市面上產生了輔助戒菸的藥物。

有哪些戒菸藥物？

目前經科學研究證實有效的戒菸藥物，最主要分為「尼古丁替代藥物」和「非尼古丁類藥品」二大類別，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。

尼古丁替代藥物

用以提供嘗試戒菸者穩定但相對低量之尼古丁，用以取代原本由吸菸迅速獲得的高濃度尼古丁，以期減少想吸菸的慾望。

依照使用方式，尼古丁替代藥物又可分為以下的劑型：

	使用方式	注意事項
咀嚼錠	慢慢咀嚼直到辛辣或口味出現，然後停止咀嚼，放到臉頰與牙齦之間，以利口腔黏膜吸收尼古丁。而後慢慢且斷斷續續地嚼與停，大約 30 分鐘或直到味道消失。	須慢慢咀嚼。若咬太快可能會提高噁心、反胃、打嗝、心口灼熱的副作用發生機會。使用前 15 分鐘不要喝酸性飲料，以免降低藥效。 牙齒不好的人不適合。 有 2mg 和 4mg 的不同含量，依據每日吸菸量多寡及醫療人員指示而選用。
口含錠	透過唾液溶解來吸收尼古丁，將口含錠在口腔兩側移動，直到完全溶解為止（大約 30 分鐘）。	不可咀嚼，不可吞服。 使用前 15 分鐘不要喝酸性飲料，以免降低藥效。
吸入劑	拿起像菸的手持器，裝上藥液匣後，吸一口蒸氣含在口中，由口腔黏膜吸收。1 顆藥液匣可用約 20 分	輕輕吸入，以避免刺激喉嚨，且使用前後避免飲用飲料。 可能有口腔與喉嚨刺激、咳嗽、鼻炎等副

	鐘，開啟後 12 小時需更換新藥匣。	作用。
貼片	每天貼一片，貼在皮膚上平坦、少毛髮，少流汗的部位：如手臂、大腿、胸、背。 每天更換新的貼片，須更換貼的位置，以降低局部刺激。	可能有輕微皮膚局部發紅的反應，可每日更換貼的位置來降低刺激。 可能會引起失眠、多夢的情況。 可以早晨或晚上使用貼片，若失眠嚴重者，或早晨已不吸菸者，可改早上貼，到晚上再撕除貼片，以減少影響睡眠的副作用。 有不同含量，依照每日吸菸量多寡及醫療人員指示而選用。

非尼古丁類藥品

目前有兩種藥品，皆是處方藥，需有醫師處方箋才可領藥。

一、 戒必適（商品名 Champix）：此藥模擬尼古丁的成分，但效果較弱，因此較不會成癮，作用在身體，讓大腦誤以為體內還有尼古丁，而漸漸習慣戒菸時缺乏尼古丁的狀態，藉此來減少菸癮。

二、 必博寧（商品名Buporin SR 150 mg/tab）：本身是一種抗憂鬱藥，輔助戒菸的作用方式，可能是藉由提高大腦內多巴胺的濃度，以降低戒菸時的不適。（多巴胺是一種在體內的神經細胞間傳導的物質，戒菸時身體缺乏尼古丁會頓時減少多巴胺分泌，產生不舒服的感覺。）

兩種藥品都會在腦部作用，都有可能產生較嚴重的副作用，使用時須遵照醫囑：

	使用方式	注意事項
戒必適 (Champix® 1mg/tab)	前 3 天每日吃 0.5mg（半顆），第 4～7 天每日早晚各吃 0.5mg，第 8 天開始每日早晚各吃 1mg（一顆）。	此藥不建議用於小於 18 歲的病人。 服用此藥可能會感到噁心，用藥一段時間後會漸漸減輕症狀。 服用後可能會有情緒低落、躁動、行為改變，甚至自殺念頭等情形發生，若發生該情形應停止服用並盡速洽詢醫師。對於有精神病史者，須小心使用。
必博寧 (Buporin SR® 150 mg/tab)	飯後服用。前 3 天每日 1 次，每次吃 1 顆，第 4 天開始每日早晚各吃 1 顆，兩次間隔至少 8 小時。	有癲癇病史者須小心使用。 不可過量使用，服藥期間亦不可飲酒，以避免提高癲癇發生機會。 藥品發揮藥效時間通常要一到兩週以上，請耐心等待，遵從醫囑按時服藥，定期回診。

結語

從 1990 年代初期僅有尼古丁口嚼錠用於戒菸治療，發展至今已有多種藥物可使用，不論是尼古丁替代藥物或是非尼古丁類藥品，都建議民眾使用前詢問醫療人員，正確使用以達成最理想的戒菸效果，政府亦提供諸多戒菸管道可供民眾利用，例如戒菸門診或戒菸諮詢站...等。

成功戒菸有賴許多因素配合，包含堅定意志、親友支持、醫療協助，其中，戒菸藥物亦相當重要，若能正確且遵照醫囑使用，將有助於早日戒菸，減少吸菸相關的疾病威脅。

參考資料

1. 臺大醫院處方集
2. 董氏基金會「華文戒菸網」
3. 台北市衛生局 106 年度社區戒菸諮詢站訓練課程
4. 二代戒菸治療教育課程基本教材第三版-衛生福利部國民健康署出版

藥劑部藥師 黃冠仁