

決策題目:

參加戒菸門診，我該選擇哪種戒菸藥物?

前言:

恭喜你下定決心要戒菸，迎向健康的人生。本表單幫助您了解自己有哪些選擇，且如何選擇才容易戒菸成功。

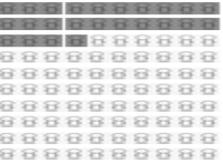
適用對象/適用狀況:

有意願戒菸，經醫師評估可使用戒菸藥物，每天抽菸超過10支，且年滿18歲，無懷孕者。

疾病或健康議題簡介:

長期吸菸導不僅致癌症，也造成肺、心臟血管，與全身各器官系統的損傷與病痛，二手菸及三手菸對家人與環境的傷害更大。戒菸幾天體力就會改善；戒菸幾星期心情與血液循環會變好，心臟病的風險也跟著降低。雖然戒菸對身體幫助甚大，但是戒菸並不容易-只要幾個小時不吸菸就會想吸菸，而且持續不吸菸會感覺不對勁，這現象在戒菸第一星期最明顯，數星期後會消失。

戒菸方法比較:

戒菸方法	成功率	
靠自己意志力	3-5%	
使用戒菸藥物	24%	

醫療選項介紹:

目前戒菸藥物分為尼古丁替代藥物與非尼古丁替代藥物:

尼古丁替代藥物

非尼古丁替代藥物

口嚼錠



貼片



口服藥物

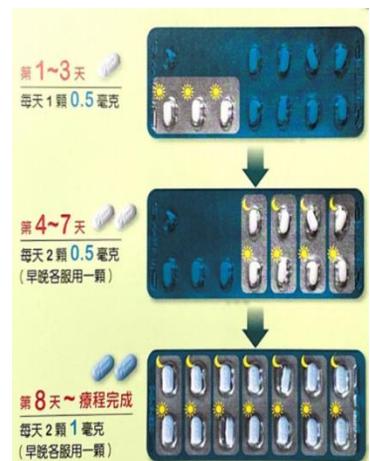
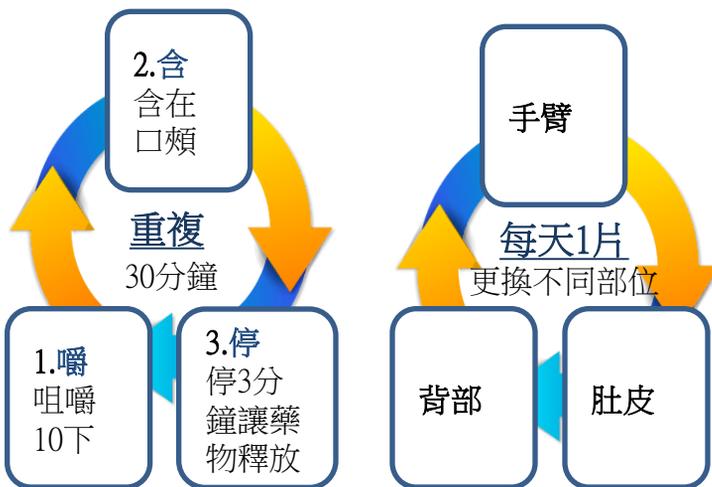


口腔內吸收的尼古丁，藥效須8-10分鐘釋放，成癮機率低，因使用時心情會愉悅，故有1-2%的人會持續使用停不下來。

24小時從皮膚吸收，緩慢釋放尼古丁，有失眠問題的人，建議睡覺時撕下並丟掉，使用時心情不會起伏，所以成癮機率低。

直接作用在腦袋，從源頭阻斷你想抽菸的慾望，讓你吃了之後再去抽菸就會發現跟以前感覺不一樣，好像沒有那種爽快的感覺了，戒斷症狀比較沒有那麼嚴重。

藥物介紹



請透過以下四個步驟來幫助您做決定

步驟一、比較3種戒菸用藥

口嚼錠

貼片

口服藥物

使用方式



嚼

有尼古丁



貼

有尼古丁



吞

無尼古丁

優點

*舒緩突然想抽菸的衝動

*取代想叼著菸的口慾

*一天一次

*可舒緩每天早晨的菸癮

*使用方便

*可減輕戒菸初期的不適

*無成癮性

缺點

*牙齒不好的人難以咀嚼

*流汗時容易脫落

*同時仍在抽菸可能尼古丁過量

*容易忘記吃藥

*藥效發揮較慢，約需兩週

副作用



*腸胃不適
8.5%



*皮膚過敏
19.5%



*噁心
30%



*刺激口腔
8.1%

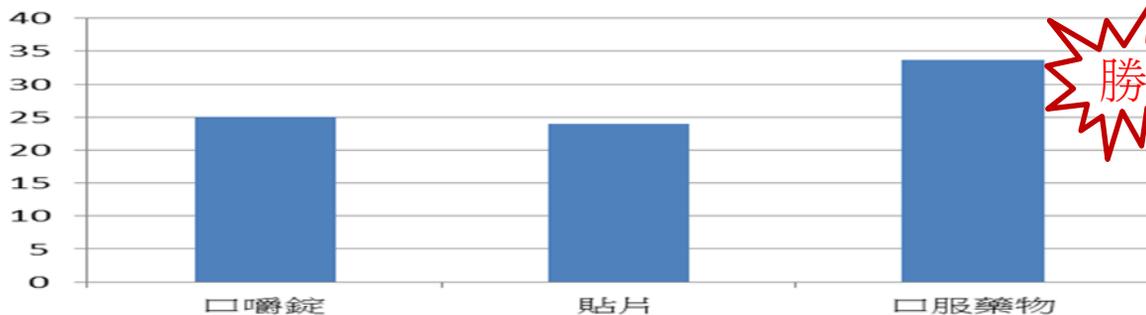


*失眠
11.4%



*頭痛
15%

成功率 (%)



勝

請透過以下四個步驟來幫助您做決定

步驟二、對戒菸藥物，您在意的因素是？

您的考量	完全不在意	不在意	普通	在意	非常在意
1.藥物方便性	1	2	3	4	5
2.藥物副作用	1	2	3	4	5
3.戒菸成功率	1	2	3	4	5
4.藥物是否含有尼古丁	1	2	3	4	5

步驟三、為了確認您是否了解上述內容，請回答以下問題？

1.一旦開始使用口服戒菸藥物，馬上就可以減少抽菸慾望	<input type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 不確定
2.口服戒菸藥物的副作用是噁心、頭痛	<input type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 不確定
3.若產生副作用，可以更換藥物	<input type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 不確定
4.透過藥物協助，就不需要靠意志力	<input type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 不確定
5.長期使用尼古丁替代藥物會成癮	<input type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 不確定

步驟四、您現在確認好治療方式了嗎？

我已經確定好想選擇的治療方式，我決定選擇(下列擇一):

嚼錠 貼片 口服藥



我目前還無法決定，因為:

我想再與其他
人討論我的問
題。



對以上治療，我想要
了解更多，有:_____。



瞭解更多資訊及資源:

衛生福利部國民健康
署菸害防治資訊網



董氏基金會
華文戒煙網



完成以上評估後，您可以將此份結果與您的主治醫師討論

主治醫師簽名: _____

患者/家屬簽名: _____

日期: ____年____月____日