

警告：切勿侵犯版權

閣下將瀏覽的文章 / 內容 / 資料的版權持有者為消費者委員會。除作個人非商業用途外，閣下不得以任何形式傳送、轉載、複製或使用該文章 / 內容 / 資料，如有侵犯版權，消費者委員會必定嚴加追究法律責任，索償一切損失及律師費用。

《精明用藥系列》

使用藥物助戒煙



自2007年1月1日起，香港的法定禁煙區範圍已擴展至所有工作地方、公眾地方、食肆和卡拉OK的室內區域，與及康樂及文化事務署轄下所有泳灘、公眾泳池、體育館、運動場、遊樂場和大部分的公園等。最近有報道指，逾五成青少年煙民稱禁煙區範圍擴大後，他們的戒煙意慾也增加了，然而，統計處2006年出版的資料顯示，有四成煙民曾嘗試戒煙但失敗。要成功戒煙，除了具備堅定的意志和決心外，還可參加戒煙班及諮詢醫生和藥劑師意見，以藥物輔助。

吸煙成癮皆因尼古丁

燃起香煙後釋出的有害化學物質共有四千多種，其中尼古丁是香煙令人上癮的元兇。它是一種興奮劑，可刺激中樞神經，令人上癮。長期吸入尼古丁會令腎上腺素分泌增加，使血壓上升、心跳加速。另一方面，尼古丁會增加血液黏性，加速血液凝固，因而容易造成血凝塊阻塞血管，引起心肌梗塞。

戒煙初期要克服「脫癮症狀」

已吸煙成癮的人，在戒煙初期，身體可能會因為未能適應尼古丁水平下降而感到不適，例如出現頭暈、頭痛、疲倦易怒、精神不集中、喉乾舌燥、咳嗽、容易飢餓等「脫癮症狀」。不適的情況大約會維持兩至三個星期，戒煙者在這段期間須保持堅定的意志和決心及維持健康的生活習慣，例如有足夠的睡眠、適量運動和均衡飲食。如有需要，更可請教專業醫護人員及使用戒煙輔助藥物，亦可致電衛生署戒煙熱線1833 183。

尼古丁替補藥物

不少戒煙產品的原理是以尼古丁替補劑 (Nicotine Replacement Products) 幫助舒緩戒煙者於戒煙初期可能感到的不適。使用此類產品時，雖然戒煙者仍會吸收尼古

丁，但與真正吸煙不同之處是不會吸入其他有害物質，例如焦油和一氧化碳等。尼古丁替補產品包括香口膠、喉糖、吸劑和膠貼等。使用的劑量視乎以往每天吸煙多寡，戒煙者可參考產品標籤建議或請教專業醫護人員。

服用前避免飲食

酸性飲品如汽水、咖啡、果汁都會影響尼古丁替補產品包括香口膠、喉糖及吸劑的吸收，所以服用前後15分鐘內，除清水外，應避免飲食。

心臟病患者及孕婦未必合用

嚴重心絞痛、嚴重心律不正患者或曾在兩星期內急性心臟病發者，不應使用尼古丁替補藥物，而孕婦和哺乳婦女應先經醫生診斷後才可使用尼古丁替補劑。事實上在懷

孕期間不應吸煙，以免煙草內其他有害物質如致癌物影響胎兒。

非尼古丁藥物

丁胺苯丙酮

其中一種用作戒煙的非尼古丁藥物為丁胺苯丙酮 (Bupropion)，能調節身體多巴胺 (Dopamine) 及去甲腎上腺素 (Norepinephrine) 的濃度，舒緩服用者對尼古丁的依賴，減低對吸煙的渴求。丁胺苯丙酮原為治療抑鬱症的藥物，必須有醫生處方才可購買，因此戒煙者應先尋求醫生輔導，服用時務必遵照醫生的指引。療程一般為8至12星期，必須在戒煙日前一個星期開始服用，劑量按照醫生處方。服用丁胺苯丙酮後可能出現的副作用包括口乾、失眠、頭痛、暈眩、出汗、作嘔、注意力降低、抑鬱、緊張、心跳過快等。患有癲癇症、嚴重頭部創傷、腦

Directions

Please read the enclosed full instructions carefully before starting product.

Do not use if you are pregnant or breastfeeding.
Not for sale to or use by persons under age 18.
Keep out of reach of children.
Do not store above 25°C.

尼古丁替補戒煙產品未必適合孕婦或哺乳婦女使用，如欲使用，應先諮詢醫生意見。

服用本藥品時勿抽煙。■■■■
■■■■ 香口珠不適合兒童服用。
如果你患有心臟疾病，懷孕或哺乳，請不要服用。如果你需定時覆診或服用醫生處方藥物，請在服用前諮詢你的醫生或藥劑師。

本藥品不適合非吸煙或十八歲以下人士使用。

腫瘤、厭食症、暴食症的人士，或在過去2星期內曾服用單胺氧化酵素抑制劑(MAOI)類抗抑鬱藥物的病人，不應服用丁胺苯丙酮。

瓦倫尼克林

瓦倫尼克林(Varenicline)

是另一種不含尼古丁的戒煙藥物。它能抑制腦部與尼古丁癮有關的受體，舒緩「脫癮症狀」和對吸煙的渴求，並可能降低再吸煙帶來的快感。戒煙人士如需要使用瓦倫尼克林，必須在戒煙日前一個星期，按醫生處方及指導下開始服用，療程約12個星期。服用

戒煙膠貼

戒煙香口膠

戒煙吸劑

瓦倫尼克林後常見的副作用包括噁心、口乾、胃氣脹、作嘔、便秘、睡眠失調及頭痛等。曾有報道指瓦倫尼克林與部分戒煙者出現自殺傾向有關，服用時如感到有任何行為及情緒改變，應盡快請教專業醫護人員。此藥主要經由腎臟排出體外，所以患有末期腎病

人士不宜服用。由於瓦倫尼克林暫時未在18歲以下人士身上確定其安全性和效能，因此只適合18歲以上人士服用。

資料來源：香港醫院藥劑師學會
藥物教育資源中心