

我想戒菸 適合我的戒菸藥物是甚麼？

當您已經透過意志力戒菸都無法戒除者，代表您需要思考透過最有效且最短時間的方式來協助您戒菸。這時候您需要選擇一種適合自己的戒菸藥物來取代意志力戒菸方式，以維持生活品質。這份資料除了可以幫助您了解目前的戒菸藥物有哪些的治療模式。更重要是，醫療團隊會在戒菸過程中會持續的關注您，了解您的想法及最在意的事情，幫助您找出最適合自己的藥物。



最適選擇，醫病共享



適用對象/適用狀況

18歲以上，每日吸菸量10支以上或成癮度4分以上孕婦排除。

步驟二

您選擇的醫療方式在意的項目有什麼？以及在意的程度為何？

- 選項一、尼古丁：「咀嚼錠」與皮膚吸收的「貼片」
- 選項二、非尼古丁

四個步驟來幫助您們做決定

步驟一

比較選項的優點、風險、副作用(併發症)、費用

	淨菸貼片	免菸咀嚼錠	戒必適
尼古丁	含	含	含
劑型	外用貼片	咀嚼錠	口服錠
優點	長效 睡前用	快速 彈性吃	方便 減輕症狀
缺點	作用慢 皮膚紅疹 失眠	腸胃不適 刺激口腔	腸胃不適 失眠
孕婦	不宜	不宜	不建議
哺乳	不宜	不宜	不建議

什麼人不可使用	淨菸貼片	免菸咀嚼錠	戒必適
過敏	過敏 皮膚病	過敏	過敏
心臟疾病	心臟疾病	心臟疾病	
腦血管疾病	腦血管疾病	消化道疾病	

注意事項	淨菸貼片	免菸咀嚼錠	戒必適
請勿吸菸	請勿吸菸	請勿吸菸	注意精神狀況
若失眠可睡前撕除	若失眠可睡前撕除	請勿吞服 勿吞口水	告知醫師 夢遊狀況
核磁共振斷除	核磁共振斷除	使用前不喝汽水	

步驟三 您對藥物選項的認知有多少？

- 使用尼古丁貼片或咀嚼錠戒菸可能會成癮？對 不對 不確定
- 使用尼古丁戒菸藥物可合併非尼古丁藥物嗎？對 不對 不確定
- 藥物都有副作用，當我感到不適時，可以減少藥物劑量緩和？
對 不對 不確定
- 戒菸是意志力的問題，戒菸藥物可以輔助嗎？對 不對 不確定
- 當我選擇藥物不適應時，我可以再試試另一種戒菸藥物？對 不對 不確定
- 戒菸藥物每次完整療程共8週，需在同一醫療院所90天內完成？
對 不對 不確定

菸齡共____年____月

最近三個月內 菸量____支/天

有吸電子煙嗎？
沒有 有

- 起床後多久抽第一支菸？
5分鐘以內 (3分)
5-30分鐘 (2分)
31-60分鐘以內 (1分)
60分鐘以上 (0分)
- 在禁菸區不能吸菸會讓你難以忍受嗎？
是 (1分)
否 (0分)
- 那根菸是你最難放棄的？
早上第一支菸 (1分)
其他 (0分)
- 您一天最多抽幾支菸？____支/天
31支以上 (3分)
21-30支 (2分)
11-20支以上 (1分)
10支或更少 (0分)
- 起床後幾小時內是一天中抽最多菸的時候？
是 (1分)
否 (0分)
- 當您嚴重生病，整天臥病在床時還抽菸嗎？
是 (1分)
否 (0分)

7. 尼古丁成癮度總分 _____分

<4分 尼古丁依賴度不高，下定決心，戒菸必能成功。
4-6分 尼古丁依賴度高，需要加油努力，戒除菸癮。
7-10分 尼古丁依賴度非常高，需要專業人員來協助您戒菸。

	(請圈選)				
	1-5支	6-10支	11-30支	31支以上	
平均菸量低	1-5支	6-10支	11-30支	31支以上	平均菸量高
成癮度低	0分	1-4分	5-7分	8-10分	成癮度高
有成菸經驗	曾經戒菸超過24小時				無戒菸經驗
	<input type="checkbox"/> 有，____次		<input type="checkbox"/> 從未戒過菸		
維持期短	曾經嘗試戒菸維持期				維持期長
	<input type="checkbox"/> 7天	<input type="checkbox"/> 1個月	<input type="checkbox"/> 6個月	<input type="checkbox"/> 1年以上	

4. 您選擇戒菸藥物會考量的項目及在意程度為何？(請圈選數字)

題 項	完全不在意	不在意	普通	在意	非常在意	如果您非常在意這個項目，可參考的方案
1. 戒菸藥物使用的方便性	0	1	2	3	4	
2. 戒菸藥物使用的頻率	0	1	2	3	4	
3. 戒菸藥物使用的效果	0	1	2	3	4	
4. 戒菸藥物可能產生的副作用 (頭暈、噁心、腸胃不適...)	0	1	2	3	4	
5. 需花費回診的時間	0	1	2	3	4	
6. 戒菸藥物費用(自付額)	0	1	2	3	4	

步驟四 我已經做好確認

- 尼古丁藥物 非尼古丁藥物
- 我還要跟親人討論
- 對於以上戒菸藥物，我想要再瞭解更多

