

داروهای بدون نسخه برای ترک دخانیات

| مطالب کلی | دوز(مقدار مصرف) | نوع فرآورده |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| برچسب نیکوتین از ۱۶ تا ۲۴ ساعت کاربرد دارد. معمولاً ۲ تا ۳ ماه با کاهش تدریجی استفاده می شود. ممکن است پوست را ملتهب کند. | | |
| هر روز برچسب را عوض کنید و در جای جدیدی روی بدن بچسبائید تا از التهاب پوست پیشگیری شود. طی یک ماه از مقدار نیکوتین یکسان استفاده کنید و سپس برچسب دارای نیکوتین کمتر را انتخاب کنید. برچسب های نیکوتین را میتوان همزمان با فرآورده های نیکوتین داری که از طریق دهان مصرف می شوند، استفاده کرد. به نکات ذیل توجه نمایید. | کمتر از ۲۰ نخ سیگار در روز: با ۱۵ یا ۱۴ میلیگرم شروع کنید. ۲۰ نخ سیگار یا بیشتر در روز: با ۲۵ یا ۲۱ میلیگرم شروع کنید. | برچسب نیکوتین برچسب ۱۶ ساعته: ۱۰ میلیگرم، ۱۵ میلیگرم، ۲۵ میلیگرم برچسب ۲۴ ساعته: ۷ میلیگرم، ۱۴ میلیگرم، ۲۱ میلیگرم |
| داروهای نیکوتین دار دهانی میل به نیکوتین را کم می کنند. معمولاً یک تا سه ماه استفاده می شوند. ممکن است باعث التهاب دهان و گلو شوند. | | |
| روش صحیح جویدن مهم است. بایستی آرام جویده شود و در بین، استراحت داده شود تا از بروز سکسکه و ناراحتی معده جلوگیری شود. | کمتر از ۲۰ نخ سیگار در روز: ۱/۵ یا ۲ میلیگرم ۲۰ نخ سیگار یا بیشتر در روز: ۳ یا ۴ میلیگرم دوز(مقدار مصرف): ۸ تا ۱۲ آدامس در روز | آدامس نیکوتین ۱/۵ میلیگرم، ۲ میلیگرم، ۳ میلیگرم، ۴ میلیگرم |
| قرص بایستی به آهستگی زیر زبان ذوب شود، نبایستی قورت داده یا جویده شود. | کمتر از ۲۰ نخ سیگار در روز: هر دفعه یک قرص مصرف شود. ۲۰ نخ سیگار در روز یا بیشتر: هر دفعه ۲ قرص مصرف شود. دوز(مقدار مصرف): ۸ تا ۱۲ قرص در شبانه روز | قرص نیکوتین زیر زبانی ۲ میلیگرم |
| روش صحیح مکیدن مهم است. هر از گاهی باید به قرص در دهان استراحت داده شود. | کمتر از ۲۰ نخ سیگار در روز: یک یا ۲ میلیگرم ۲۰ نخ سیگار یا بیشتر در روز: ۲ میلیگرم یا ۴ میلیگرم دوز(مقدار مصرف): ۸ تا ۱۲ قرص در شبانه روز | قرص نیکوتین مکیدنی یک میلیگرم، ۲ میلیگرم، ۴ میلیگرم |
| دستگاه استنشاق بایستی با کپسول نیکوتین بارگذاری شود. از هر کپسول می توان چندین مرتبه استفاده کرد. دستگاه استنشاقی "احساس کمبود سیگار میان انگشتان" را کم می کند و میل به نیکوتین را کاهش می دهد. | دوز(مقدار مصرف): ۴ تا ۱۲ کپسول در شبانه روز | نیکوتین استنشاقی ۱۰ میلیگرم |
| یک تا ۲ مرتبه بین لپ و دندان ها افشانک شود. | دوز(مقدار مصرف): ۸ تا ۱۲ افشانک در روز | اسپری/افشانک دهانی نیکوتین یک میلیگرم |
| کیسه به مدت ۳۰ دقیقه زیر لب بالا، میان لب و لثه قرار داده شود. | کمتر از ۲۰ نخ سیگار در روز: ۲ میلیگرم ۲۰ نخ سیگار یا بیشتر در روز: ۴ میلیگرم دوز(مقدار مصرف): ۸ تا ۱۲ کیسه در روز | پودر دهانی ۲ میلیگرم، ۴ میلیگرم |

داروهای نسخه ای برای ترک دخانیات

زیبان (بوپروپیون) و شامپیکس (وارنیکلین) دو داروی بدون نیکوتین هستند که توسط پزشک تجویز می شوند. این داروها عدم تعادلی را که به علت ترک دخانیات در سیستم پاداشی مغز بوجود می آید، از بین می برند. مدت درمان با سیبیا ۷ تا ۹ هفته و با شامپیکس ۱۲ هفته است. مصرف دارو را هنگامی که هنوز دخانیات مصرف می کنید، آغاز کرده و ظرف ۲ هفته بایستی تاریخ ترک دخانیات را تعیین کنید. تا آنموقع دارو تاثیر زیادی گذاشته و میل به مصرف دخانیات کاهش می یابد. از عوارض جانبی داروی سیبیا می توان به خشکی دهان و کم خوابی اشاره کرد. شامپیکس ممکن است باعث حالت تهوع و خواب های متنوع شود.

Receptfria läkemedel för rökavvänjning

| PRODUKT | DOSERING | ALLMÄNT |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NIKOTINPLÅSTER HJÄLPER UNDER 16/24 TIMMAR. ANVÄNDS VANLIGEN I 2-3 MÅNADER MED NEDTRAPPNING. KAN IRRITERA HUDEN. | | |
| Nikotinplåster 16 timmarsplåster: 10 mg, 15 mg, 25 mg 24 timmarsplåster: 7 mg, 14 mg, 21 mg | Mindre än 20 cigaretter per dag: starta med 15 mg eller 14 mg 20 cigaretter eller fler per dag: starta med 25 mg eller 21 mg | Byt plåstret varje dag och placera det på ett nytt ställe på kroppen för att undvika hudirritation. Använd samma nikotinstyrka i en månad och trappa sedan ner till ett plåster med lägre styrka. Plåster kan användas samtidigt med orala nikotinpreparat, se nedan. |
| DE ORALA NIKOTINPREPARATEN GER SNABB LINDRING. ANVÄNDS VANLIGEN I 3 MÅNADER. KAN GE IRRITATION I MUN OCH HALS. | | |
| Nikotintuggummi 1,5 mg, 2 mg, 3 mg, 4 mg | Mindre än 20 cigaretter per dag: 1,5 mg eller 2 mg 20 cigaretter eller fler per dag: 3 mg eller 4 mg Dosering: 8-12 tuggummin per dygn | Viktigt med rätt tuggteknik. Skall tuggas långsamt med pauser i tuggandet för att undvika hicka och magbesvär. |
| Nikotinsublingualtablett 2 mg | Mindre än 20 cigaretter per dag: ta 1 tablett per gång 20 cigaretter eller fler per dag: ta 2 tabletter per gång Dosering: 8-12 tabletter per dygn | Ska smälta långsamt under tungan, inte sväljas eller tuggas. |
| Nikotinsugtablett 1 mg, 2 mg, 4 mg | Mindre än 20 cigaretter per dag: 1 mg eller 2 mg 20 cigaretter eller fler per dag: 2 mg eller 4 mg Dosering: 8-12 tabletter per dygn | Viktigt med rätt sugteknik. Tabletten ska vila i munnen mellan varven. |
| Nikotininhalator 10 mg | Dosering: 4-12 pluggar per dygn | Inhalatorn laddas med nikotinpluggar. Varje plugg kan användas flera gånger. Minskar saknaden av att hålla något i handen och lindrar sugbehovet. |
| Nikotinmunhålespray 1 mg | Dosering: 8-12 sprayningar per dag | Sprayas 1-2 gånger mellan kinden och tänderna. |
| Munhålepulver 2 mg, 4 mg | Mindre än 20 cigaretter per dag: 2 mg 20 cigaretter eller fler per dag: 4 mg Dosering: 8-12 påsar per dag | Påsen läggs under överläppen i 30 minuter. |

Receptbelagda läkemedel för rökavvänjning

Zyban (bupropion) och Champix (vareniklin) är två nikotinfria läkemedel som skrivs ut av läkare. De motverkar den tillfälliga obalansen i hjärnans belöningssystem som kan uppstå när man slutar röka. Behandlingstiden är 7-9 veckor för Zyban och 12 veckor för Champix. Man börjar ta medicinen medan man röker och sätter ett rökstopp under vecka 2. Då har medicinen uppnått verksam koncentration och lusten att röka har minskat. Zyban kan ge muntorrhet och sömnsvårigheter. Champix kan orsaka illamående och livliga drömmar.