



禁煙補助薬の種類

禁煙補助薬を使うと、ニコチンの離脱症状の出現を抑えるため、禁煙が成功しやすいと言われています。上手に活用してラクに禁煙しましょう。

【禁煙補助薬は3種類】 ※使用上の注意については、医療機関や薬局・薬店でご確認ください。

- ①医師の診断を介して出される薬（医療用医薬品）：健康保険等が使える。
- ②ニコチンパッチ（医療用医薬品・一般用医薬品）：医療用医薬品は医師が処方し、健康保険等が使える。一般用医薬品は薬局・薬店で購入できる。
- ③ニコチンガム（一般用医薬品）：薬局・薬店で購入できる。

①医師の診断を介して出される薬 （医療用医薬品）

脳の中のニコチン受容体に作用し、少量のドーパミンを放出させることで、イライラなどニコチン切れの離脱症状が軽減する飲み薬です。

〈方法〉

- 医療機関（P4参照）を受診し、医師から処方してもらいます。
- 飲み薬は12週間服用し、その間に5回受診します。
- 飲み始めて8日目から禁煙します。

〈メリット〉

- ・肌の弱い人や、歯やあごに問題があり、ガムが噛めない人でも使用できます。
- ・たばこを吸っても「おいしくない」と感じます。
- ・健康保険が適用できます（P2参照）。

〈デメリット〉

- ・市販されていません。
- ・嫌な夢を見る、軽度の吐き気、頭痛、便秘などの副作用があります。



②ニコチンパッチ （医療用医薬品・一般用医薬品）

ニコチンを含んだ貼り薬。皮膚からニコチンを吸収します。

〈方法〉

- 医療機関（P4参照）を受診し、医師から処方してもらうのと、薬局・薬店（P5参照）で購入できるものがあります。
- パッチを使用する際には、禁煙が必要です（ニコチンの過剰摂取予防のため）。
- 1日1回、上腕やおなか、背中に貼ります。毎日場所を変えて貼ります。

〈メリット〉

- ・使用方法は貼るだけで簡単です。
- ・市販で購入できるものもあります。
- ・歯の状態に関係なく使用できます。



〈デメリット〉

- ・かぶれ、不眠などの副作用があります。
- ・汗をかきやすい人は使いにくいです。
- ・喫煙本数の多い人は、医療用でないとも効果が出にくいです。

③ニコチンガム （一般用医薬品）

口の中の粘膜からニコチンを吸収させるガム製剤です。

〈方法〉

- 薬局・薬店で購入します。
- たばこが吸いたくなったら使用します（1回につき1個）。



〈メリット〉

- ・喫煙要求に応じて使用できます。
- ・口寂しさが解消できます。
- ・市販されています。

〈デメリット〉

- ・歯や口の状態が悪いと使用できません。
- ・口内炎などの副作用があります。