

Bilaga 1

Läkemedel för tobaksavvänjning

Produkt	Dosering	Allmänt
NIKOTINPLÅSTER HJÄLPER UNDER 16/24 TIMMAR. ANVÄNDS VANLIGEN I 2-3 MÅNADER MED NEDTRAPPNING. KAN IRRITERA HUDEN.		
Nikotinplåster	Mindre än 20 cigaretter per dag: starta med 15 eller 14 mg	Byt plåster 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.
16-timmarsplåster	20 cigaretter eller fler per dag: starta med 25 eller 21 mg	
10, 15, 25 mg		
24-timmarsplåster		
7, 14, 21 mg		
DE ORALA NIKOTINPREPARATEN GER SNABB LINDRING. ANVÄNDS VANLIGEN I 3 MÅNADER. KAN GE IRRITATION I MUN OCH HALS		
Nikotintuggummi	Mindre än 20 cigaretter per dag: 1,5 eller 2 mg	Viktigt med rätt sugteknik.
1,5 mg, 2 mg, 3 mg, 4 mg	20 cigaretter eller fler per dag: 3 mg eller 4 mg	Ska tuggas långsamt med pauser i tuggandet för att undvika hicka och magbesvär.
	Dosering: 8-12 tuggummin per dygn	
Nikotinsublingualtablett	Mindre än 20 cigaretter per dag: ta 1 tablett per gång	Ska smälta långsamt under tungan, inte sväljas eller tuggas.
2 mg	20 cigaretter eller fler per dag: ta 2 tabletter per gång.	
	Dosering: 8-12 tabletter per dygn	
Nikotinsugtablett	Mindre än 20 cigaretter per dag: 1 mg eller 2 mg	Viktigt med rätt sugteknik.
1 mg, 2 mg, 4 mg	20 cigaretter eller fler per dag: 2 mg eller 4 mg	Tabletten ska vila i munnen mellan varven.
	Dosering: 8-12 tabletter per dygn	
Nikotinhälsor	Dosering: 4-12 pluggar per dygn	Inhälsor laddas med nikotinpluggar. Varje plugg kan användas flera gånger. Minskar saknaden av att hålla något i handen och lindrar sugbehovet.
10 mg		
Nikotinhälsospray	Dosering: 8-12 sprayningar per dag	Sprayas 1-2 gånger mellan kinden och tänderna.
1 mg		
Nikotinhälsopulver	Mindre än 20 cigaretter per dag: 2 mg	Påsen läggs under överläppen i 30 minuter.
2 mg, 4 mg	20 cigaretter eller fler per dag: 4 mg	
	Dosering: 8-12 påsar per dag	
Receptbelagda läkemedel för rökavvänjning		
Bupropion och vareniklin är två nikotinfria läkemedel som skrivs ut av läkare. Behandlingsriden är 7-9 veckor för bupropion och 12 veckor för vareniklin. Man börjar ta medicinen medan man röker och sätter ett rökstopp under vecka 2. Då har medicinen uppnått verksamt koncentration och lusten att röka har minskat. Bupropion kan ge muntorrhet och sömnsvårigheter. Vareniklin kan orsaka illamående och livliga drömmar.		
Information om läkemedel för snusavvänjning		
För snusavvänjning saknas än så länge tydlig evidens för att rekommendera läkemedel. Viss evidens finns för vareniklin och erfarenheten är att många har haft nytta av nikotinklämmedel för att lindra abstinensen.		