

Средства с никотином

Существуют разнообразные методы «заместительной терапии», помогающие бросить курить, все они содержат никотин и призваны заменить сигареты. К таким способам можно отнести: никотиновые пластыри, никотиновую жевательную резинку, никотиновый спрей и ингаляторы с никотином. Рассмотрим, что представляет из себя каждый из этих способов, в чем их плюсы и минусы, а также их способы применения.

Никотиновый пластырь

Это средство, называемое также трансдермальным, представляет собой медикаментозные пластыри наподобие тех, что используются для введения в организм женских гормонов или сосудорасширяющих веществ. В этих пластырях имеется активная центральная часть (однослойная или многослойная), которая будучи плотно прижата к коже, вводит через нее никотин. Площадь этой зоны может изменяться в зависимости от того, на какой стадии освобождения от никотиновой зависимости находится курильщик. Среднесуточное количество привнесенного никотина также разное, в зависимости от того, как осуществляется подпитка – непрерывно в течении 24 часов или сеансами по 16 часов. Пластырь может быть круглым или прямоугольным в зависимости от марки и размера.

Способ применения

Никотиновый пластырь, как и другие медикаментозные пластыри, нельзя каждый день наклеивать на одно и то же место. Пластырь следует наклеивать на абсолютно здоровый участок кожи (без кожных заболеваний – экземы, псориаза и т.п.). Во избежание болевых ощущений при снятии пластыря его не следует приклеивать на волосистые участки кожи. Пластырь ставят или

заменяют утром по пробуждении, а 16-часовой пластырь вечером перед сном снимают.

Плюсы и минусы

К плюсам относятся простота использования и незаметность пластыря для окружающих.

Среди минусов можно отметить возможное раздражение на коже, усугубление кожных заболеваний и относительно низкое количество содержащегося в пластыре никотина.

Никотиновая жвачка

Это не просто жевательная резинка с добавлением никотина. По консистенции она больше похожа на настоящую резину, нежели обычная жвачка. Ее эффект основан на непосредственном контакте со слизистой оболочкой полости рта, через венозную сеть которой никотин попадает в организм.

Способ применения

Для правильного применения никотиновой жвачки, положите ее в рот и слегка покусывайте до появления странного привкуса. Затем зажмите жвачку между щекой и десной. Повторяйте процедуру каждые несколько минут.

Эффект обычно наступает на 5-7 минуте, в зависимости от марки, а общее время действия примерно 30 минут. Жевать жвачку следует, когда вы чувствуете потребность покурить или в тех ситуациях, когда вы абсолютно уверены, что такая потребность скоро появится. Заядлому курильщику может понадобиться от 12 до 24 кусочков жвачки в день. С каждой неделей, это количество необходимо уменьшать, до полного отказа от использования жвачки.

Плюсы и минусы

Основное преимущество этого способа – никотиновую жвачку использовать в любое время суток.

Недостаток – не всегда достаточная эффективность и не самый приятный эстетический эффект. А также побочные эффекты в виде тошноты и головокружения, которые могут возникнуть при частом употреблении никотиновой жевательной резинки.

Никотиновый спрей

Данный способ борьбы с никотиновой зависимостью, по сути, относится к медикаментозным. Спреи обычно продают по рецепту врача. Эффект спрея основан на сильно развитой венозной сети слизистой носа, благодаря чему, никотин быстро попадает в сердце и мозг. Важно то, что спрей нельзя использовать одновременно с пластырем или никотиновой жвачкой.

Способ применения и дозировки

Стандартная дозировка – 1 мг в каждую ноздрю, что соответствует одному «пшику»

Среднестатистическому курильщику достаточно одной-двух доз в час, минимальное количество – 8 доз в сутки, максимальное ограничено 40 дозами. Для большинства курильщиков срок лечения никотиновым спреем составляет 6-8 недель.

Плюсы и минусы

Спрей действует быстрее, чем пластырь и жвачка, за счет большей биодоступности никотина в нем.

К минусам относятся раздражение слизистой оболочки носа, кашель, чихание и жжение, которые обычно проходят к 5-7 дню.

Никотиновый ингалятор

По форме часто напоминает сигарету. При затяжке пары никотина попадают через слизистую оболочку рта в кровь, а с кровью в мозг, снимая симптомы никотиновой недостаточности. Как и спрей, его нельзя применять одновременно с жвачкой и никотиновым пластырем.

Способ применения ингалятора

Дозировку подбирают индивидуально, с учетом степени выраженности у пациента никотиновой зависимости. Однако, не следует использовать более 12 картриджей в день. Такую полную дозу можно использовать в течение 6 – 12 недель, после чего следует начать постепенно отвыкать от никотина.

Плюсы и минусы метода

К плюсам относится достаточно быстрый эффект, по сравнению с другими способами, а также соответствие «рефлексу затяжки» курильщика.

Однако у ингалятора есть типичные побочные эффекты, в виде раздражения слизистой оболочки полости рта и горла, кашля, головной боли.

Подведем итог

В настоящее время медицина предлагает множество альтернативных способов борьбы с никотиновой зависимостью, тем не менее, их эффективность достаточно спорна. Все эти методы, по сути, являются не более, чем заместителями сигарет, который менее вредны, за счет отсутствия смол и канцерогенов. Но надо помнить, что они все равно содержат никотин и, как следствие, имеют то же самое действие на организм, что и сигареты.

Текст подготовлен редакцией «Медпортал.ру»