

## Läkemedel för tobaksavvänjning

Det finns tre olika grupper av läkemedel för hjälp vid *rökavvänjning*: nikotinläkemedel och läkemedel som innehåller bupropion (Zyban) respektive vareniklin (Champix). För *snusavvänjning* saknas ännu så länge tydlig evidens för att rekommendera läkemedel. Viss evidens finns för vareniklin (Champix) vid snusavvänjning och erfarenheten är att många har haft nytta av nikotinläkemedel för att lindra nikotinabstinensen. Apoteket och Sluta-Röka-Linjen 020-84 00 00 kan ge råd om läkemedlen till patienter och professionella.

### **Nikotinläkemedel**, se läkemedelsbilagan s. 111

Behandling med nikotinläkemedel (tuggummi, plåster, tablett, munsprej, inhalator) vid *rökavvänjning* tillhör de mest undersökta läkemedelsterapierna överhuvudtaget. Det finns över hundra välgjorda studier som visar att användning av läkemedlen nästan fördubblar möjligheterna att fortfarande vara rökfri ett år efter rökstopp jämfört med placebo. Alla sorter är lika effektiva om man följer doseringen. *Kombinationsbehandling av nikotinläkemedel* är ofta att rekommendera, speciellt för dem som har hög cigarettkonsumtion. En basbehandling med plåster som en grund och tillägg av tuggummin, tabletter eller sprej, som snabbt ger ett extra nikotintillskott vid behov, har visat sig vara mycket effektivt.

Nikotinläkemedlens syfte är att bryta nikotinberoendet stegvis genom att tillföra nikotin på ett annat sätt än genom cigaretter under en övergångsperiod. Det lindrar abstinens medan man koncentrerar sig på att bryta vanan. Man bör använda nikotinläkemedel i första hand när man har slutat, inte samtidigt som man röker. Den som inte vill eller kan sluta kan dock använda nikotinläkemedel i syfte att röka mindre, så kallad *rökreduktion*. Detta har visat sig öka chansen att patienten gör ett rökstopp senare.

Nikotinläkemedel är förstahandspreparat enligt Läkemedelsverket. Nikotinläkemedel kan köpas utan recept och ingår inte i systemet för läkemedelsförmåner. Det är viktigt att följa bruksanvisningen när det gäller dos och användningstid. Användningstiden är normalt tre månader till maximalt ett år.

Gravida och ammande kvinnor bör i första hand försöka sluta utan läkemedel även om nikotinläkemedel är att föredra framför fortsatt rökning. Nikotinläkemedel har 18-årsgräns.

**Läkemedel för rökavvänjning utan nikotin**, se läkemedelsbilagan s. 111

Det finns två olika preparat utan nikotin för att sluta röka. Ett innehåller i stället den verksamma substansen bupropion (Zyban) och det andra innehåller vareniklin (Champix). Båda fungerar genom att på olika sätt motverka den obalans i hjärnans belöningssystem som uppträder i samband med rökstopp, vilket minskar abstinensbesvär och minst fördubblar chansen att lyckas.

Dessa läkemedel är andrahandsmedel för rökavvänjning och är lämpliga för dem som inte lyckats bli rökfria trots användning av nikotinläkemedel. De är receptbelagda och ingår i högkostnads-skyddet om det ges tillsammans med motiverande stöd. Båda läkemedlen har ett biverkningsspektrum som man bör ha i åtanke vid förskrivning till personer med psykisk sjukdom (se FASS).

Läkemedlen ska inte användas av gravida eller ungdomar under 18 år.

**Mätning av nikotinberoende**

Det är bra att veta om en dagligrökare som vill sluta är högt eller lågt nikotinberoende. De som är högt beroende löper större risk för abstinensbesvär och nikotinsug när de slutar, de har större nytta av nikotinläkemedel och behöver också högre dos om de använder dem.

Frågor	Svar	Poäng	Dina poäng
Hur många cigaretter röker du per dag?	Upp till 15	0	
	16-24	1	
	25 eller fler	2	
Hur lång tid efter uppvaknandet röker du dagens första cigarett?	Inom 30 minuter	1	
	Senare än 30 minuter	0	

Räkna ihop poängen.

Lågt beroende = 0-1 poäng

Högt beroende = 2-3 poäng