

## 【ニコチネルTTSを使用して禁煙する方へ】

### A. 使う期間

- 標準的な使用法(合計8週間)
  - 大(30)を4週間
  - 中(20)を2週間
  - 小(10)を2週間
- 最長で合計10週間まで使用できる



### B. 貼り方

- 朝貼り替える(夜貼り替えると、不眠などの副作用が出やすく、日中の効果が弱い)
- 原則として24時間貼る
  - ただし数日貼ってみて、不眠、悪夢、かぶれが強ければ、寝る前にはがして朝新しいのを貼る方法に切り替えてもよい
- かぶれ防止のため毎回違うところに貼る
- 貼る場所は、はがれにくく、かぶれにくいところ(胸、背、肘より上の腕)
- はがれやすい下半身、体毛の濃いところ、吸収の悪い手先は避ける
- 貼ったときに10秒ほど強く圧迫する

### C. 副作用(1)かぶれ

- かぶれたときは、はがした後に市販のかゆみ止めを塗ってもよい(多少赤くなるくらいは心配ない)
- 強いアレルギーが出たら使用を中止して受診

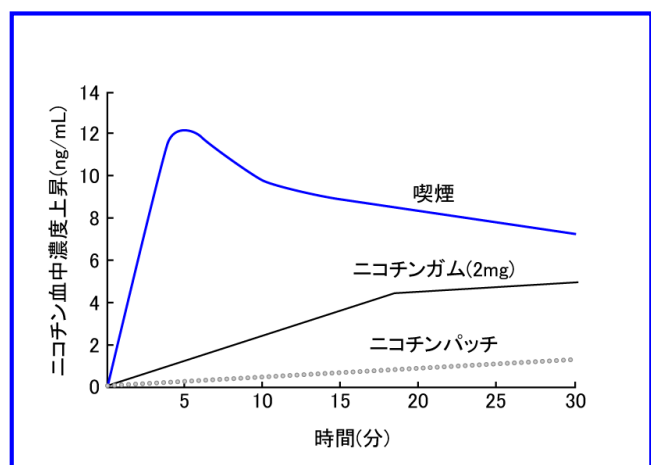
### D. 副作用(2)ニコチンの過量症状

- 効き過ぎるとき(頭痛、めまい、はきけ、動悸、冷や汗)は、パッチをはがして皮膚を水で流す
- 次に貼るときは、パッチ薬効面の中央部にセロテープなどを貼って面積を調節する
  - ハサミで切ってはいけない(断面から液体がしみ出す)

### E. 重要な使用上のポイント

①ニコチンパッチとタバコでは、脳に対するニコチンの影響がまったく違う

- ニコチン依存症はニコチンが体に急激に入ることによって起こる
- ニコチンパッチはニコチンが入っていく速度が遅く、依存症を起こさない(離脱症状を和らげる効果だけがある)



②パッチを貼りながらタバコを吸ってしまうと……

- ニコチン濃度が高まりすぎて危険
- 高い濃度に慣れ、その後のパッチの効き目が弱くなってしまふ