

Nikotinpótló kezelés a dohányzásról leszokás támogatásában

Dr. Mucsi János, Erzsébet Gondozóház, Gödöllő

Az Országos Egészségfejlesztési Intézet 2013. évi adatai szerint a magyarországi felnőtt lakosság ötöde (a férfiak 25%-a, a nők 16%-a, átlagosan 21%), a 13–15 év közötti korosztálynak pedig közel a harmada (a fiúk 33%-a, a lányok 28%-a, átlagosan 31%) dohányzik¹. A dohányos felnőttek 80%-a megpróbálkozott már legalább egyszer a leszokással, minden második dohányos felnőtt pedig minden évben megpróbálja legalább egyszer letenni a cigarettát. A leszokási próbálkozásoknak csak a 3%-a sikeres, ha a dohányos nem vesz igénybe semmilyen segítséget, és csak a saját akarateréjére támaszkodik. Az orvosi tanácsadás, a nikotinpótló és a nikotinmentes gyógyszeres kezelés, valamint a specialista által segített intenzív leszokást támogató program többszörösére növelheti a sikeres leszokás, a tartós abstinencia arányát².

Magyarországon 2014 óta közel 100 tüdőgondozóban, szervezett formában, térítésmentesen juthatnak segítséghez a leszokni akaró dohányosok egyéni leszokást támogató orvosi rendelés, illetve csoportos leszokást támogató programok formájában. A nikotinpótló kezelés egy olyan, bizonyítottan hatékony gyógyszeres kezelési módszere a leszokásnak, amelyhez a dohányos akár saját maga – azaz orvosi segítség igénybe vétele nélkül is – hozzájuthat.

A nikotinpótló gyógyszereket forgalmazó cégek a készítményeikkel kapcsolatos információkat ennek megfelelően elsősorban a laikus közönség felé juttatják el, és alig fordítanak energiát a leszokás támogatásban résztvevő egészségügyi dolgozók informálására. Az utóbbi években jelentősen bővült a nikotinpótló készítmények köre, a tapaszok és rágógumik mellett megjelent a szopogató tabletta, a szájbán diszpergálódó film és a nikotinos spray is.

Nikotinpótló készítmények alkalmazása

Általában 8–12 héten keresztül fokozatosan csökkenő dózisban juttathatunk többféle módon nikotint a szervezetbe. Ennek hatására csökkennek a nikotin megvonási tünetek. A nikotinpótló terápiák, illetve a nikotinpótló terápia + bupropion kombináció hatásosságát placebo kontrollal szemben az 1. táblázat mutatja³.

A nikotinpótló készítményeket 18 éves kor feletti dohányosoknak javasoljuk, de általában már 12–17 éves kor között is alkalmazhatóak, 12 éves kor alatti alkalmazásuk ellenjavallt. Terhességben és szoptatás alatt a nikotinbevitel kerülendő, de a nikotinpótló készítmények kisebb kockázatot jelentenek mind az anyára, mind a magzatra vagy a gyermekre nézve, mint a „hagyományos” aktív vagy passzív dohányzás.

Nikotinos transzdermális tapasz

A megvonási tünetek, mint pl. a cigaretta utáni erős vágy, néhány személynél csökkenthető a dohányzás során fennállónál alacsonyabb, egyenletes nikotin plazmaszinttel. Kontrollált klinikai vizsgálatok során a tapasz enyhítette mind a megvonási tüneteket, mind a sóvárgást. A NiQuitin® CQ a dohányzás iránti vágy erősségét a dohányzás-megvonás első két hetében a teljes nap folyamán legalább 35%-kal csökkenti a placebóval összehasonlítva ($p < 0,05$).

A NiQuitin® tapaszt (7 mg/24 óra, 14 mg/24 óra, 21 mg/24 óra) naponta egyszer, mindig azonos időpontban, lehetőleg nem sokkal az ébredés után kell felhelyezni tiszta, száraz és szőrmentes bőrfelületre és folyamatosan kell viselni 24 órán át. A tapaszt a védőcsomagolásból történő kivétel után azonnal fel kell helyezni. 24 óra elteltével a használt tapasz eltávolítandó és új tapaszt kell felhelyezni egy másik, friss bőrfelületre. A tapasz nem hagyható a bőrfelületen 24 óránál tovább. A korábbi felragasztás helyére legalább 7 napig nem helyezhető fel ismét a készítmény. A tapasz sérült, kivörösödött vagy irritált bőr-

1. táblázat

A nikotinpótló terápiák hatásossága placebo kontrollal szemben

nikotinpótló terápiák összességében	OR: 1,73 (1,60–1,82)
nikotinos rágógumi	OR: 1,63 (1,49–1,79)
nikotinpótló tapasz	OR: 1,73 (1,56–1,93)
nikotinos spray	OR: 2,27 (1,61–3,20)
nikotinos inhaláló	OR: 2,08 (1,43–3,04)
nyelv alá helyezhető tabletta	OR: 1,73 (1,07–2,80)
nikotinos szopogató tabletta	OR: 2,10 (1,59–2,79)
nikotinpótló tapasz + bupropion	OR: 2,65 (1,58–4,40)

felületen nem használható. Egyszerre csak egy tapasz viselhető. Ha szükséges, a tapasz alvás előtt eltávolítható, azonban a reggel bekövetkező dohányzás iránti erőteljes vágy hatékonyabb leküzdésére 24 órás alkalmazás ajánlott⁴.

A Nicorette® patch transzdermális tapaszt (10 mg/16 óra, 15 mg/16 óra, 25 mg/16 óra) lefekvés előtt el kell távolítani, így nincs éjszakai nikotin bevitel, ami megzavarhatja az alvást⁵.

A nikotinpótló transzdermális tapaszok leggyakoribb mellékhatásai az alkalmazás helyén kialakuló bőrreakciók (ezért kell mindennap másik testrészre felragasztani a tapaszt), hányinger, hányás, fejfájás, szédülés, alvási zavarok, beleértve a rémálmokat és az álmatlanságot is. A nikotin a tapasz eltávolítása után is órákig folyamatosan bejut a véráramba a bőrben kialakult nikotin raktár következtében.

A transzdermális nikotin tapaszokat általában 8–10 hetes kezelés formájában javasoljuk. Erős dohányosoknál (napi >20 szál cigaretta) a legnagyobb hatóanyagot tartalmazó kiszerezést kell 6 héten át használni, majd a közepes és végül a kevés hatóanyagot tartalmazót 2-2 hétig.

Nikotinos rágógumi

A nikotinpótló rágógumi 14 éves kor felett alkalmazható. Minden egyes gyógyszeres rágógumit lassan és addig kell rágni, míg a szájban erős, mentolos vagy gyümölcsös íz vagy enyhe égő érzés lesz észlelhető. Ezután az íz és az égő érzés elmúltáig a gyógyszeres rágógumit a szájban kell tartani, majd az íz gyengülése vagy elmúlása után lassan újra elkezdni rágni. Ezt a folyamatot kb. 30 percen keresztül kell ismételni.

A kezelés kezdetén óránként 1 gyógyszeres rágógumi alkalmazható. A gyógyszeres rágógumi hatáserősségét a beteg nikotinfüggősége alapján kell kiválasztani. Általában a megfelelő hatáserősségű gyógyszeres rágógumiból alkalmazott napi 8–12 darab elegendő.

A 2 mg-os rágógumiból kb. 1,4 mg nikotin, a 4 mg-os rágógumiból 3,4 mg nikotin szabadul fel. A maximális plazmakoncentráció kb. 30 perc rágás után jelentkezik és hasonló egy közepes erősségű cigaretta elszívása után 20-30 perccel jelentkező koncentrációhoz.

Ha a 2 mg-os erősséggel történt korábbi le szokási kísérlet sikertelen volt, a kezelést a 4 mg-os erősséggel kell kezdeni. A 2 mg-os ható-

anyag-tartalmú gyógyszeres rágógumiból napi 24 darabnál több nem rágható el. A 4 mg-os gyógyszeres rágógumiból maximum napi 15 darab alkalmazható. Egy-egy adag akkor ismételendő, ha a leszokni kívánó újabb cigarettára kíván rágyújtani^{6,7}.

Nikotintartalmú szopogató tablettá

A NiQuitin® Minitab (2 mg, 4 mg) 12 éves kortól, a Nicotinell® Mint (1 mg) 18 éves kortól alkalmazható. A szopogató tablettát be kell venni a szájba és hagyni kell feloldódni. Időnként a szájban egyik oldalról a másikra kell mozgatni, és ezt ismételni, amíg teljesen feloldódik. A szopogató tablettát nem szabad szétrágni vagy egészben lenyelni. A tablettá szopogatása közben az evés, ivás kerülendő. Minden nap elegendő mennyiségű szopogató tablettá alkalmazandó, általában 8-12, de legfeljebb 15 db.

A NiQuitin® Minitab teljesen feloldódik a szájüregben és a szopogató tablettá teljes nikotintartalma elérhetővé válik a szájnyálkahártyán történő felszívódás, illetve szájon át történő bevitel számára (lenyelés). A NiQuitin® Minitab általában 10 perc alatt oldódik fel teljesen. Egyszeri 4 mg-os adagot követően a nikotin közepes plazma csúcskoncentrációja körülbelül 9,1 ng/ml⁸.

Az 1 mg-os Nicotinell® Mint szopogató tablettá egy dózisének alkalmazása után a nikotin csúcs plazmakoncentrációja körülbelül 4 ng/ml és a maximális koncentráció „steady state” állapotban körülbelül 10,6 ng/ml. Összehasonlításként, a nikotin átlagos plazmakoncentrációja egy szál cigaretta elszívása után 15–30 ng/ml. Egy tablettá elszopogatása után a plazmakoncentráció csúcsa 45 perc múlva jön létre⁹.

Szájban diszpergálódó film

A NiQuitin® film (2,5 mg) 12 éves kortól alkalmazható, és olyan dohányosoknak való, akik a napi első cigarettájukat több mint 30 perccel a felébredés után szívják el. A nikotin filmet a nyelvre kell helyezni. Csukott száj mellett a nyelvet finoman a szájpadláshoz kell nyomni, amíg a nikotin film teljesen feloldódik a szájüregben (megközelítőleg 3 perc), és a nikotin filmben lévő teljes nikotintartalom hozzáférhetővé válik a buccalis felszívódás számára vagy a bevitelre (lenyelésre). A nikotin egyszeri dózisa után elért plazma csúcskoncentráció megközelítőleg 4,13 ng/ml.

A nikotin filmet nem szabad összerágni vagy egészben lenyelni, és nem szabad alkalmazni akkor sem, ha a nikotin film sérült! Amíg a nikotin film a szájüregben van, nem szabad enni vagy inni. A kezelés első 6 hetében 1-2 óránként, a 7-9. héten 2-4 óránként, a 10-12. héten pedig 4-8 óránként célszerű bevenni és elszopogatni 1-1 nikotin filmet. Napi 15 nikotin filmnél több nem alkalmazható¹⁰.

Nikotinos spray

A gyermekek védelme miatt nyitható és visszazárható adagolóval ellátott nikotinpótló eszköz. Az adagoló megtöltése után a sprayt úgy kell befűjni a szájüregbe, hogy az ajkakra ne kerüljön belőle. Fontos, hogy a páciens ne lélegezzen adagolás közben, hogy elkerülje a permet lejutását a torkon keresztül! Az optimális hatás elérése érdekében a permet bejuttatása után néhány percig nem szabad nyelni. A szájnyálkahártyán alkalmazott spray adagolásakor nem szabad enni vagy inni.

2 mg-os adag bevitele után a nikotin koncentrációja 13 percen belül eléri a maximális 5,3 ng/ml-t. Az alkalmazást követő 10 percre vonatkozó görbe alatti területeket (AUC) összehasonlítva az 1 mg és 2 mg dóziszú, szájnyálkahártyán alkalmazott spray-re becsült adatok meghaladják mind a nikotintartalmú rágógumira, mind a 4 mg-os szopogató tablettára vonatkozó adatokat (0,48 és 0,64 óra*mg/ml 0,33 és 0,33 óra*mg/ml-rel szemben).

A kezelés első 6 hetében a páciens egy-két adag sprayt használjon olyankor, amikor egyébként rágyújtana vagy sóvárog a cigaretta után. Először egy adag sprayt kell alkalmazni, majd ha néhány percen belül nem szűnik meg a sóvárgás, még egy adag befűvése szükséges. Ha a második adagra is szükség van, legközelebb lehet rögtön 2 adagot alkalmazni egymás után. Sok dohányos számára ez 2 adag sprayt jelent minden fél vagy 1 órában.

A 7-9. héten el kell kezdeni a napi adagszám csökkentését. A kilencedik hét végéig meg kell feleződnie a naponta bevitt adagok számának az első lépésben alkalmazotthoz képest. A kezelés 10-12. hetében tovább kell csökkenteni a

napi adagok számát olyan módon, hogy a 12. héten már ne használjon a páciens naponta 4 adagnál többet. Amikor 2-4 adagra csökkent a napi alkalmazások száma, akkor hagyja abba a szájnyálkahártyán alkalmazott spray használatát! Az absztinencia elérése után is célszerű a páciensnek egy ideig nikotinpótló gyógyszer tartania magánál, hogy egy váratlanul rátörő erős sóvárgás esetén is legyen mihez nyúlnia¹¹.

Összefoglalás

A nikotinpótló készítményeket nem tartjuk a leghatékonyabb leszokást támogató gyógyszereknek, mégis könnyű elérhetőségük és a leszokni akaró dohányosok szükségleteihez való rugalmas alkalmazhatóságuk révén értékes és „kényelmes” alternatívát jelenthetnek a vényköteles leszokást támogató gyógyszerek mellett.

Irodalom

1. Dohányfüstmentes Magyarország esettanulmány. Tobacco control in practice, WHO, 2014. http://www.fokuszpont.dohanyzasvisszaszoritasa.hu/sites/default/files/WHO_BCA_Tobacco_Control_case_study_of_Hungary_2014.pdf
2. West R, et al. Smoking cessation guidelines for health professionals: an update. *Thorax* 2000; 55: 987-99.
3. A dohányzás leszokás támogatásának szakmai irányelve, 2009
4. NiQuitin CQ transzdermalis tapasz alkalmazási előírás. letöltve: www.ogyi.hu, 2015. február 10.
5. Nicorette patch áttetsző tapaszok. letöltve: www.nicorette.hu/nicorette-patch-ttetsz-tapaszk, 2015. február 10.
6. Nicorette rágógumik alkalmazási előírás. letöltve: www.ogyi.hu, 2015. február 10.
7. Nicotinell fresh mint és fruit 2 mg gyógyszeres rágógumi alkalmazási előírás. letöltve: www.ogyi.hu, 2015. február 10.
8. NiQuitin Minitab alkalmazási előírás. letöltve: www.ogyi.hu, 2015. február 10.
9. Nicotinell Mint 1 mg alkalmazási előírás. letöltve: www.ogyi.hu, 2015. február 10.
10. NiQuitin 2,5 mg mentolos szájban diszpergálódó film alkalmazási előírás. letöltve: www.ogyi.hu, 2015. február 10.
11. Nicorette Quickspray 1 mg/adag szájnyálkahártyán alkalmazott oldatos spray alkalmazási előírás. letöltve: www.ogyi.hu, 2015. február 10.