

Sense  
recepta  
mèdica

## Teràpia substitutiva amb nicotina (TSN)

	TRANSDÈRMICA	ORAL		
	Pegats	Xiclets	Comprimits per desfer a la boca	Esprai bucal
Presentació	24 i 16 hores	2 i 4 mg	1, 2 i 4 mg	150 polvoritzacions 1 polvorització = 1 mg
Dosi i durada habitual	<p><b>Un pegat al dia</b></p> <p><b>Pegats de 16 hores</b> 4 setmanes, 15 mg 2 setmanes, 10 mg 2 setmanes, 5 mg</p> <p><b>Pegats de 24 hores</b> 4 setmanes, 21 mg 2 setmanes, 14 mg 2 setmanes, 7 mg</p> <p>Els pegats de 5 mg es poden substituir per pegats de 7 mg.</p>	<p>En el cas dels xiclets de 2 mg o comprimits d'1 mg, no passeu de 25 unitats al dia.</p> <p>Administreu 4 mg (xiclets) o 2/4 mg (comprimits) si hi ha alta dependència, sense passar de 15 unitats al dia.</p>	<p>Rapidesa d'absorció.</p> <p><b>No passeu de:</b> 4 polvoritzacions/hora o 64 polvoritzacions/dia</p> <p><b>Fase I. 1-6 setmanes:</b> 1-2 pufs/ganes de fumar una cigarreta</p> <p><b>Fase II. 7-9 setmanes:</b> aneu reduint els pufs fins aconseguir una reducció del 50% respecte a la fase I</p> <p><b>Fase III. 10-12 setmanes:</b> continueu reduint els pufs fins a 4 polvoritz./dia a la setmana 12 i deixeu-ho.</p>	
	<p><b>Durada del tractament:</b> 8 setmanes.</p> <p>El temps es pot allargar segons necessitats.</p>	<p><b>Durada del tractament:</b> 8-12 setmanes.</p> <p><b>Les primeres setmanes proveu amb pautes fixes:</b> una unitat de xiclet o comprimit o una polvorització d'esprai cada hora mentre està despert i reduiu gradualment la dosi les setmanes següents fins a la retirada.</p>		
	<p>És recomanable establir pautes combinades de pegats i formes orals en pautes fixes o com a "dosi de rescat". En aquest cas, el nombre de peces o polvoritzacions ha de ser inferior a 10 al dia i s'han d'anar reduint gradualment fins a la retirada.</p>			
Instruccions	<p>Sobre pell sana i sense pèl (en dones, no els apliqueu sobre el pit).</p> <p>Canvieu la localització del pegat cada dia i no la repetiu en 6-7 dies.</p> <p>Comenceu el matí en què es deixa de fumar i retireu-lo: – el de 16 hores, a la nit. – el de 24 hores, l'endemà.</p>	<p>Mastegueu-lo o tingueu-lo a la boca fins que percebeu un gust picant, col·loqueu-lo entre la geniva i la paret bucal per permetre que la nicotina s'absorbeixi; en disminuir el sabor, torneu a mastegar-lo o llepar-lo canviant-ne cada vegada el lloc de col·locació.</p> <p>Utilitzeu-lo durant uns 30 minuts. Durant els 15 minuts anteriors o durant l'ús eviteu: refrescos, cafè o begudes àcides (suc de fruites) ja que interfereixen l'absorció de la nicotina.</p>	<p>Feu lliscar cap avall el botó negre i premeu-lo. Apunteu el broquet de l'esprai cap a la boca oberta, tan a prop com pugueu. Premeu la part superior, evitant els llavis i sense inhalar-ne el contingut. Heu d'evitar empassar saliva durant els segons posteriors a la polvorització.</p> <p>Després de cada ús, tanqueu sempre el dispensador.</p>	
	<p>Es pot iniciar la nit abans de la data fixada per deixar de fumar per evitar començar aquest dia amb síndrome d'abstinència.</p>			
Efectes adversos	<p>Reaccions cutànies.</p> <p><b>Insomni:</b> si hi ha pegat de 24 hores, retireu-lo a la nit o canvieu-lo pel de 16 hores.</p> <p><b>Altres:</b> cefalea, nàusees, palpitations, vertigen.</p>	<p><b>Xiclets:</b> dolor mandibular.</p>	<p>Al lloc d'administració: formigueig, sensació de cremor, inflamació i canvis en la percepció dels sabors.</p>	
	<p><b>Gàstriques:</b> nàusees, piroisi, singlot. Cefalea. Irritació o aftes a la boca o a la gola. Normalment són lleus, autolimitats i amb una utilització correcta poden desaparèixer.</p>			
Contraindicacions	<p>Dermatitis generalitzada.</p> <p><b>Malalties cardiovasculars agudes o inestables:</b> infart de miocardi, angina de pit inestable, arrítmies cardíques greus o accident cerebrovascular recent (4 setmanes).</p> <p><b>Gàstriques:</b> esofagitis per reflux, úlcera pèptica activa.</p> <p>Relatives (heu de valorar la relació benefici-risc): en cardiopaties o malaltia cerebrovascular. Adolescents, embaràs i lactància: si no aconsegueixen deixar el tabac sense teràpia, recomaneu TSN sota control sanitari.</p>			