

禁煙補助剤ニコレット®



医療従事者向け

第②類医薬品

吸いたい気持ち*をやわらげるOTC医薬品です。禁煙外来の補助としてもご利用いただけます。

*禁煙時のイライラ・集中困難・落ち着かないなどの症状から生じるタバコを吸いたい気持ち

ニコレットに関する詳細情報については同梱チラシを参照、またはお問い合わせ先までお気軽にご連絡ください。

お薬について

- ✓ 効能：禁煙時のイライラ・集中困難・落ち着かないなどの症状の緩和
- ✓ OTC医薬品（第②類医薬品）です。ドラッグストアに加えオンラインでの販売もごさいます。

OTC医薬品と保険診療禁煙補助薬との違いについて

OTC医薬品 例ニコチンガム（ニコレット） 禁煙中の患者さんが吸いたい気持ちを感じたときに使用するガムタイプのお薬で、禁煙中の喫煙欲求に悩む患者様へおすすめの選択肢です。服用期間の目安は、1日の喫煙本数が20本以下の場合約8週間。その場合の負担金額は約1.7万円です。

保険診療で処方される禁煙補助薬 例バレニクリン 期間中継続して服用する飲み薬で、服用期間は12週間。負担金額は保険適応で約1.4万円、自由診療の場合は4.3万円です。（弊社調べ）

禁煙外来でのご案内について

令和3年9月16日公開『禁煙治療のための標準手順書 第8.1版』（日本循環器学会他）及び、これに準じた『医療用禁煙補助薬欠品 & 品薄状況における外来禁煙治療の手引き 令和3年9月再改定版』（日本禁煙学会）に基づく情報です。

OTC医薬品のため処方はできませんが、保険診療での禁煙治療を行う手順書である『禁煙治療のための標準手順書 第8.1版』は、OTC医薬品であるニコチンガムも禁煙補助薬の選択肢としています。また、保険診療において医療用禁煙補助薬の使用が困難な場合、処方箋を発行せず患者さんにOTC医薬品の購入を示唆するガイダンスが、『医療用禁煙補助薬欠品 & 品薄状況における外来禁煙治療の手引き 令和3年9月再改定版』に述べられております。

※この情報を参考にした診療を実施したことによって生じるトラブルや損害について、弊社では責任を負いかねますのでご了承ください。

処方薬の供給問題により、禁煙外来の診療ができない、新規患者を受け入れられないという声を多く聞いております。しかし禁煙補助薬を処方できなくても、行動療法および認知行動療法などを主体に禁煙治療を行うことは可能です。（※なお、行動療法および認知行動療法などを主体とした禁煙外来でも、スケジュール自体には変更はありません）またニコレットはドラッグストア等で取り扱われているOTC医薬品ですが、「禁煙治療のための標準手順書 第8.1版」にも記載されており、患者が前向きに取り組みやすくなるサポートの一つとして有用かと思われます。この資料は医師が押さえておきたいポイントをまとめて、ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社に作成頂きました。ぜひお読み頂き、禁煙したい患者が私たち医師のサポートを受けられるようになることを願っております。

監修： 日本禁煙学会 作田学先生、安陪隆明先生

<製品のお問い合わせ先>

ジョンソン・エンド・ジョンソンお客様相談室フリーダイヤル：0120-101110（受付時間/9:00~17:00 土日祝・年末年始を除く）

ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社コンシューマーカンパニー <https://www.nicorette.jp/>



禁煙までのニコチンガム使用量・期間の目安



1回にガム1個を30～60分かけてかみます。1日の使用個数は図を目安とし、通常1日4～12個から始めて適宜増減していきます。1日の使用個数が1～2個になった段階で使用をやめます。

禁忌・副反応について

1. 次の人は使用しないこと

- 非喫煙者〔タバコを吸ったことのない人及び現在タバコを吸っていない人〕
(はきけ、めまい、腹痛などの症状があらわれることがある。)
- すでに他のニコチン製剤を使用している人
- 妊婦又は妊娠していると思われる人
- 重い心臓病を有する人
 - 3ヵ月以内に心筋梗塞の発作を起こした人
 - 重い狭心症と医師に診断された人
 - 重い不整脈と医師に診断された人
- 急性期脳血管障害(脳梗塞、脳出血等)と医師に診断された人
- うつ病と医師に診断された人
- 本剤の成分による過敏症状(発疹・発赤、かゆみ、浮腫等)を起こしたことがある人
- あごの関節に障害がある人

2. 授乳期間中の人は本剤を使用しないこと(本剤を使用する場合は授乳をしないこと)
(母乳中に移行し、乳児の脈が速まることが考えられる。)

3. 本剤を使用中あるいは使用直後に次のことをしないこと

- 喫煙
- ニコチンパッチ製剤の使用

4. 6ヵ月を超えて使用しないこと

※使用後、副作用の可能性のある症状。

口内炎、のどの痛み、吐き気、嘔吐、腹部違和感、胸やけ、食欲不振、下痢、発疹、発赤、かゆみ、頭痛、めまい、試行減退、眠気、動機、胸部不快感、胸部刺激感、顔面潮紅、顔面浮腫、気分不良

その他 ニコチンガム案内時の補足情報

! 噛み方の留意点!

- ✓ 必ず1回1個を約30～60分かけてゆっくり、断続的に噛むようにしてください。普通のガムのように噛むと、唾液が多く出て、ニコチンが唾液と一緒に飲み込まれ、口腔粘膜からの吸収が低下し、きちんとした効果が得られません。またニコチンの過剰摂取により吐き気、めまい、腹痛などの症状、口内・のどへの刺激間などの副作用があらわれることがあります。副作用の症状が強い場合には、噛み方をご確認ください。
- ✓ また、コーヒーや炭酸飲料などを飲んだ後、しばらく本剤を使用しないようにしてください。(本剤の十分な効果が得られないことがあります。)

! ヘビースモーカーの場合!

- ✓ 左記のようにヘビースモーカーは多くのガムを必要とするため、副作用が出現しやすくなります。その可能性を事前に説明しておく方が、薬剤の使用継続並びに禁煙成功につながります。

! 歯や職業上の問題等でガムが噛めない場合!

- ✓ ニコチンガムを使用しにくい場合は、ニコチンパッチの使用などもご検討ください。
- ✓ また、入れ歯などの歯科的治療を受けたことのある人には、使用に際して注意を促してください。

! 噛みすぎる、やめられない場合!

- ✓ ニコチンガムは喫煙者がどうしてもタバコが吸いたくなったときに噛むように指導するのが一般的ですが、うまく調整できない人には、1日の最大使用量を超えない範囲で使用のスケジュールを固定する(例えば、1時間～2時間毎にガムを1個ずつかむ)方法があります。
- ✓ また、少しでも吸いたくなったらすぐに使用するのではなく、吸いたい気持ちを感じても3分ほど時間をおいてから噛むなどの工夫も考えられます。

禁煙補助剤

ニコレット®

禁煙時のイライラ・集中困難などに

第2類医薬品

4種類のフレーバーからお選びいただけます (効能効果に違いはありません)



ニコレット®

ニコチンの
ビリビリ感
がある。甘く
ないペーシ
ックタイプ。



ニコレット®
クールミント
甘みのある
ミント味。



ニコレット®
アイスミント
清涼感のある
ミント味。



ニコレット®
フルーティミント
甘くフルーティ
なミント味。

禁煙中に吸いたい気持ち^(※1)

が起こるのは

1

身体的依存

習慣的に喫煙すると、ニコチン依存という一種の薬物依存症になると考えられます。ニコチンは脳に働いて快感をもたらしますが、ニコチンが体内から消失すると、イライラ・集中困難・落ち着かないなどの症状が起こります。



2

精神的依存

一般的に人は毎日の習慣に依存していると言われています。生活習慣でタバコを吸っていた時^(※2)に、吸いたい気持ち^(※1)が起こります。

徐々に禁煙補助剤の使用量を減らし、最終的に禁煙を達成します。

ニコチン置換療法の仕組み



禁煙時に体がニコチンを補充しようとする



禁煙時の吸いたい気持ちを^(※1)やわらげてイライラなどの症状を緩和



禁煙補助剤^(※3)を使用

※1 禁煙時のイライラ・集中困難・落ち着かないなどの症状から生じるタバコを吸いたい気持ちを指します。
※2 寝覚めの一服、仕事の一区切りに、乗り物に乗る前に など。
※3 医薬品有効成分としてニコチンを含有しています。

「ニコレット®の使い方」

① シートから取り出し、口に入れる

タバコを吸いたいと思ったとき、ニコレット®をシートから取り出し、口に入れてください。



取り出し方



① 切り離す

シートから1個を切り離してください。



② フィルムをはがす

裏面の接着されていない角からフィルムをはがしてください。



③ 指で押し出す

アルミを破り、指でガムを押し取り出してください。

※ニコレット®はお子様間違ってもかまないよう、簡単に開けられないチャイルドプルーフパッケージ(フィルムとアルミの多層シート)になっています。

② ゆっくりかむ

ピリッとした味を感じるまで、ゆっくりとかみます(15回程度)。

かみはじめのときは、味が強く感じる場合がありますので、なめたり、かむ回数を減らすなどしてください。

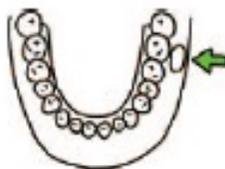
15回



③ ほほと歯ぐきの間に置く

ほほと歯ぐきの間にしばらく置きます(味がなくなるまで約1分以上)。

このとき、口の粘膜からニコチンが吸収されます。



④ ②～③を約30～60分繰り返す

かむ～置くを約30～60分繰り返します。



⑤ 紙などに包んで捨てる



禁煙前の1日の喫煙本数	開始時の使用目安
20本以下	4～6個/日
21～30本	6～9個/日
31本以上	9～12個/日

禁煙開始から1ヵ月程度は、もともとの喫煙本数に応じた必要数(上限:24個/日)を使用し、その後1週間ごとに1日の使用数を1～2個ずつ減らします。禁煙前の1日の喫煙本数が少ない人で約2ヵ月、多い人でも3ヵ月をめでにニコレット®の使用をゼロにし、禁煙を達成できるプログラムです。



ポイント:焦らず、まずは十分な量を使用しましょう

イライラなどの離脱症状に特に悩まされるのは、禁煙開始から約1～2週間です。ニコレット®を十分量使用し、初めから無理に減らそうとしない方が効果的です。



ニコレット®は、薬剤師、登録販売者に相談のうえ、「使用上の注意」をよく読んでお使いください。

製造販売元

ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社
〒101-0065 東京都千代田区西神田3丁目5番2号

NG(C)20-1
2-1-6750

禁煙について、製品についての詳しい情報・ご相談はこちらへお願いします。

禁煙のご相談、製品に関するお問い合わせ

フリーダイヤル **0120-101110**

受付時間/9:00～17:00(土・日・祝日を除く)

ニコレット

検索



ODH(JJ-T0)1

ニコレットに関する詳細情報については下記のお問い合わせ先までお気軽にご連絡ください。

ジョンソン・エンド・ジョンソンお客様相談室

※旧ニコレット禁煙支援センターを兼務しており（ニコレットの製品に関するお問い合わせ、啓発資材のご要望、禁煙についてのご相談）も受け付けております。

フリーダイヤル **0120-101110**

受付時間 / 9:00～17:00 (土日祝・年末年始を除く)