
보건소 금연클리닉 니코틴 보조제 사용 가이드라인

2022. 5.

※ 본 가이드라인은 니코틴 보조제 사용의 정확성 및 효과성 제고를 위해 대한금연학회, 대한약사회, 병원약사회의 자문을 받아 개발됨



보건복지부



한국건강증진개발원

차 례

I. 금연클리닉용 가이드라인

1. 니코틴 보조제 지급 개요	1
2. 보조제 별 세부사용 방법	3
① 니코틴 패치	3
② 니코틴 껌	5
③ 니코틴 사탕	7

II. 이용자용 가이드라인 1 (안내문)

① 니코틴 패치 [㉠] (니코스텝패치, 니코틴엘 엑소담패치, 니코프로패치, 니코패치)	8
② 니코틴 패치 [㉢] (니코레트인비지패치, 니코에이패치)	9
② 니코틴 껌	10
② 니코틴 사탕	11

III. 이용자용 가이드라인 2 (스티커)

12

1

니코틴 보조제 지급 개요

- (종류) 니코틴 패치, 니코틴 껌, 니코틴 사탕
- (보건소 금연클리닉 지급기준) 1인당 연간 12주분 이내 지급*
 - 1일 기준 보조제 지급 수량

구분	1일 기준 수량	비고
니코틴 패치	1매	1회 지급 시 최대 21일분 가능
니코틴 껌	15개	
니코틴 캔디	25개	

* 대상자의 흡연양 등에 따라 니코틴함량을 달리하여 제공

- (제공대상) 반드시 현재 흡연자에 한하여 제공
 - 최초 등록 시 하루 10개비 이상 흡연자 중 본인이 원할 경우
 - 니코틴의존도 검사 결과가 4점 이상 흡연자 중 본인이 원할 경우
 - 니코틴의존도 평가점수에 따른 제공대상 선정기준

니코틴의존도 검사	금연보조제	비 고
0 ~ 3점	미 제 공	-
4 ~ 6점	흡연자 선택	1회 지급 시 최대 21일분 내에서 탄력적 지급
7 ~ 10점	흡연자 선택	

* 단, 과거 병력이 있거나 금연보조제 부작용이 우려되는 경우, 니코틴 의존도 점수가 높더라도 의사 상담을 거쳐 니코틴패치를 제공하여야 함

- (제한대상 및 부작용 관리)
 - (제한대상) 협심증, 부정맥, 최근 시작된 심근경색증, 최근 시작된 중풍, 장기적인 피부염(건선 등), 니코틴 알레르기, 임신, 수유 중, 18세 이하
 - * 18세 이하 청소년은 니코틴 보조제의 지급을 제한하는 대신 금연의 동기부여 또는 도움을 줄 수 있는 금연홍보물품(지압봉 등 손자극 도구 등) 추가 지급 가능
 - 다만 이 경우에도 흡연을 계속하는 것보다 니코틴 보조제를 사용하면서 금연하는 것이 더 효과적일 경우 사용할 수 있으므로 의사의 판단에 의해 사용 여부를 결정
 - (부작용 관리) 빈맥, 두근거림, 어지러움, 식은땀, 구역, 구토, 혈압 변화, 호흡곤란, 피부반응 등 부작용 발생 시 사용을 중지하고 의사 진료 받도록 안내

○ 보조제 및 제품 별 용법 및 용량

○ 니코틴패치 용량 가이드라인

- 사용 기간 : ① 3개월 이하 / ② 6개월 이하

단계	기준	사용기준(예시)	
1단계	하루 20개비 이상	①	30(4주) → 20(4주) → 10(4주)
		②	25(8주) → 15(2주) → 10(2주)
2단계	하루 20개비 미만	①	20(8주) → 10(4주)
		②	15(8주) → 10(4주)

※ ① 니코스탑, 니코틴엘, 엑소덤, 니코프리, 니코패치 ② 니코레트인비지, 니코에이

※ 제조사별 니코틴 용량이 다르므로 처방 전 확인 필요

- 사용 방법 : 1일 1회 1매 털이 없는 신체 부분에 **매일 부착 부위 변경하여 부착**

* ① 24시간 사용, ② 16시간 사용

- 부작용 발생 시 대처 : 빈맥, 두근거림, 어지러움, 식은땀, 구역, 구토, 혈압 변화, 호흡 곤란 등 **부작용 발생 시 사용을 중지하고 의사 진료 권고**

○ 니코틴껌 용량 가이드라인

- 사용 기간 : 6개월 이하

단계	기준	사용기준(예시)
1단계	하루 20개비 이상	4mg 흡연충동 시 사용(통상적으로 하루 8~12개 사용, 최대 15개 미만)
2단계	하루 20개비 미만	2mg 흡연충동 시 사용(통상적으로 하루 8~12개 사용, 최대 15개 미만)

※ 제조사별 니코틴 용량이 다르므로 처방 전 확인 필요

- 사용 방법 : **흡연충동이 있을 때 쉬어가며 씹기 방법에 따라 천천히 씹기**

① 니코틴껌 1개를 입 안에 넣고 수초 간격으로 천천히 씹는다.

② 강한 맛이나 약간의 얼얼한 느낌이 느껴질 때까지 씹은 후 강한 맛이나 얼얼한 느낌이 진정될 때까지 껌을 잠시 볼에 붙인다.

※ 불쾌한 맛이 느껴질 수 있으나 사용 전 또는 사용 중 15분 동안 물 등을 섭취하지 않도록 주의

③ 다시 천천히 껌을 씹고, 위와 같이 반복한다.

④ 이와 같은 방법으로 30분간 계속 씹는다.(30분 사용 후 제거)

⑤ 껌의 맛에 익숙해지면, 필요에 따라 씹는 속도를 증가시킨다.

- 부작용 발생 시 대처 : 빈맥, 두근거림, 어지러움, 식은땀, 구역, 구토, 혈압 변화, 호흡 곤란 등 **부작용 발생 시 사용을 중지하고 의사 진료 권고**

○ 니코틴 사탕 용량 가이드라인

- 사용 기간 : 6개월 미만

단계	기준	사용기준(예시)
1단계	초기 3개월	초기 1정을 매 1~2시간 간격 복용
2단계	3개월 이후	단계적으로 복용량 감소 → 약 복용량 1일 1~2정 감소 시 중단

※ 제조사별 니코틴 용량이 다르므로 처방 전 확인 필요

- 사용 방법 : **흡연충동을 느낄 때 씹거나 삼키지 말고 입 안에서 천천히 녹여서 복용**

① 1정을 입안에 넣고 강한 맛이 느껴질 때까지 뢰다.

② 이후 잇몸과 볼 사이에 두었다가 맛이 약해지면 다시 같은 방법으로 반복해서 빨도록 한다. 빨아서 복용하는 방법은 각 개인에 적합하게 맞추고 위와 같은 방법을 반복하여 이 약이 완전히 녹을 때까지 천천히 빨아서 복용한다.(약 30분)

※ 불쾌한 맛이 느껴질 수 있으나 사용 전 또는 사용 중 15분 동안 물 등을 섭취하지 않도록 주의

- 부작용 발생 시 대처 : 빈맥, 두근거림, 어지러움, 식은땀, 구역, 구토, 혈압 변화, 호흡 곤란 등 **부작용 발생 시 사용을 중지하고 의사 진료 권고**

2

보조제 별 세부사용 방법

※ 세부사항 식약처 의약품안전나라에서 확인

1 니코틴 패치

○ 제품 별 용법 및 용량

제품	니코스탑패취 (주)삼양홀딩스)	니코레트인비지패취 (한국존슨앤드존슨판매(유))
	니코틴엘 (주)글락소스미스클라인한국마케팅케어코리아)	
	엑소덤패취 (아이큐어(주))	니코에이패취 (신일제약(주))
	니코프리패취 (주)대웅제약)	
	니코패취 (주)녹십자)	
권장사용량	1일 1회 1매	16시간 1회 1매
사용기준	<ul style="list-style-type: none"> 하루 20개비 이상 : 30(4주) → 20(4주) → 10(4주) 20개비 미만 : 20(8주) → 10(4주) 치료가 3개월을 초과 하지 않도록 주의 	<ul style="list-style-type: none"> 하루 20개비 이상 : 25(8주) → 15(2주) → 10(2주) 20개비 미만 : 15(8주) → 10(4주) 총 사용기간이 6개월을 초과하지 않도록 주의
사용방법	<ul style="list-style-type: none"> 성인 1일 1회 1매씩 털이 없는 신체부분에 부착(24시간 사용) 	<ul style="list-style-type: none"> 매일 아침 일어나자마자 1매 부착, 취침 시 제거(16시간 사용)
	<ul style="list-style-type: none"> 매일 부착 부위 변경 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>① 깨끗하게 씻은 손으로 패취의 박리지 한쪽을 떼어내고 털이 없는 피부의 건조하고 상처가 없는 부위(엉덩이, 상완 등)에 부착한다.</p> <p>② 나머지 박리지를 떼어내어 완전히 부착</p> <p>※패취의 접착면이 손에 직접 닿지 않도록 주의</p> <p>③ 손바닥 또는 손가락으로 꼭 눌러 부착하고 가장자리를 손가락으로 문지른다.</p> </div>	

○ 부작용 발생 시 대처

- 빈맥, 두근거림, 어지러움, 식은땀, 구역, 구토, 혈압 변화, 호흡곤란, 피부반응 등 부작용 발생 시 사용을 중지하고 의사 진료 받도록 안내
- 필요 시 다른 회사 제품의 니코틴 패치를 사용하는 것을 시도하거나, 니코틴껌 또는 사탕을 사용하는 것을 고려

○ 기타 주의사항

- (부착 부위) 깨끗하고 건조하며 털이 없는 피부에 부착
 - 패치를 부착하는 일반적인 위치는 팔 위쪽, 어깨, 등 또는 팔 안쪽으로, 자극을 받거나 지성인 부위 및 흉터나 상처가 있는 부위에는 부착하지 않도록 주의
 - 피부 자극을 피하기 위해 일주일에 한 번 이상 같은 장소에 패치 부착하지 않도록 주의 및 패치가 헐거워지거나 떨어지면 새 것으로 교체
- (부착 후) 패치를 적용한 후에는 비누와 물로 손을 씻어 패치를 적용할 때 손가락에 묻었을 수 있는 니코틴 세척
 - * (폐의약품 수거함) 약국, 주민센터, 보건소 등 비치
- (제거 시) 패치를 조심스럽게 제거하고 접착면이 닿도록 반으로 접어 가급적 폐의약품 수거함에 버리고, 상체의 다른 부분에 새 패치를 적용
- (보관 시) 어린이 및 애완동물의 손이 닿지 않는 곳에 보관. 사용된 패치라도 어린이와 애완동물에게 피해를 입힐 만큼의 충분한 니코틴을 함유할 수 있으며, 실수로 사용하거나 섭취한 경우에는 즉시 병원 내원

2 니코틴 껌

○ 제품 별 용법 및 용량

제품	니코스탑껌 (㈜삼양홀딩스)	니코레트껌 (한국존슨앤드존슨판매(유))
	니코에이껌 (신일제약(주))	니코레스껌 (익수제약(주))
	니코맨껌 (㈜새한제약)	니코타일껌 (글락소스미스클라인슈마헬스케어코리아)
권장사용량	흡연충동 시 사용(통상 1일 8~12개, 최대 15개 이하) * 1시간 이내 1개 초과 금지	
사용기준	<ul style="list-style-type: none"> • 1일 흡연량 20개비 이하 : 2mg • 1일 흡연량 20개비 초과 : 4mg • 금연 : 담배를 끊고자 하는 경우 (18세 이상) <ul style="list-style-type: none"> – 흡연 충동이 있을 때마다 니코틴 껌 사용(통상 하루 8~12개를 씹고, 총 사용량 15개 미만) – 흡연에 대한 욕구가 점차 감소되면 1일 수량을 줄이면서 투여 – 일반적으로 3개월간의 투여 – 니코틴 껌 4mg 사용자의 경우 치료의 금단증상이 생길 때 2mg 껌 사용 시 도움 가능 – 흡연 욕구가 갑자기 다시 생길 수 있기 때문에, 항상 여분의 껌 소지 – 9개월 이상 사용 시 의료전문의의 도움 및 상담 필요 • 흡연량 감소: 흡연량/횟수를 줄이고자 하는 경우 (18세 이상) <ul style="list-style-type: none"> – 흡연 충동을 조절하고 흡연 간격을 늘리고자 할 때 니코틴 껌을 사용 – 사용 후 6주까지도 일일 흡연량이 줄어들지 않을 시 의료전문의의 상담 필요 – 마음의 준비가 되는 즉시 금연 시도를 하되, 치료 시작 후 6개월이 지나지 않도록 주의 – 9개월 이상 사용 시 의료전문의의 도움 및 상담 필요 	
사용방법	<ul style="list-style-type: none"> • 흡연충동이 있을 때마다 ‘쉬어가며 씹기 방법’에 따라 천천히 씹기 <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <ol style="list-style-type: none"> ① 니코틴껌 1개를 입 안에 넣고 수초 간격으로 천천히 씹는다. ② 강한 맛이나 약간의 얼얼한 느낌이 느껴질 때까지 씹은 후 강한 맛이나 얼얼한 느낌이 진정될 때까지 껌을 잠시 볼에 붙인다. ※ 불쾌한 맛이 느껴질 수 있으나 사용 전 또는 사용 중 15분 동안 물 등을 섭취하지 않도록 주의 ③ 다시 천천히 껌을 씹고, 위와 같이 반복한다. ④ 이와 같은 방법으로 30분간 계속 씹는다.(30분 사용 후 제거) ⑤ 껌의 맛에 익숙해지면, 필요에 따라 씹는 속도를 증가시킨다. </div>	

○ 부작용 발생 시 대처

- 빈맥, 두근거림, 어지러움, 식은땀, 구역, 구토, 혈압 변화, 호흡곤란 등 부작용 발생 시 사용을 중지하고 의사 진료 받도록 안내

○ 기타 주의사항

- (사용 시기) 언제 담배에 대한 갈망이 생길지 미리 생각해 보고, 담배에 대한 갈망이 일어나기 전에 껌을 사용
 - 니코틴 패치와 함께 껌을 사용하는 경우 갈망이 생기거나 예상될 때 사용하기 때문에 잦은 껌 사용 불필요
- (사용량) 여러 개를 한 번에 씹지 말고 1개씩 사용
- (섭취 제한) 사용 전 또는 사용 중 15분 동안은 먹거나 마시지 않도록 주의. 탄산음료와 커피와 같은 산성 음식과 음료도 껌의 작용을 막을 수 있음
 - ※ 껌을 씹는 중 강한맛 등 불쾌한 맛이 느껴질 수 있으나 물 등을 섭취하지 않도록 주의
- (폐기 시) 종이에 싸서 가급적 폐의약품 수거함에 폐기
 - * (폐의약품 수거함) 약국, 주민센터, 보건소 등 비치
- (보관 시) 어린이 및 애완동물의 손이 닿지 않는 곳에 보관. 실수로 사용하거나 섭취한 경우에는 즉시 병원 내원

3 니코틴 사탕

○ 제품 별 용법 및 용량

제품	니코스탑트로키(㈜삼양홀딩스)	니코멘트로키(㈜새한제약)
	니코틴엘겜(글락소스미스클라인컨슈머헬스케어코리아)	
권장사용량	· 흡연충동 시 사용(통상 1일 8~12정, 최대 25정) ※ 니코틴 함량 : 전제품 1mg, 니코멘트 2mg	
사용기준	· 중증도 니코틴 의존도에 권장 · 30개비 이상 흡연자에게 권하지 않음	
	· 초기에는 1정을 매 1~2시간 간격 복용 · 통상 3개월간 계속해야하며, 3개월 이후 단계적으로 복용량을 줄이고, 약 복용량이 1일 1~2정으로 감소 시 치료 중단 · 6개월 이상 사용 권장하지 않음(중증흡연자는 재흡연을 피하기 위해 연장 필요할 수 있음)	
사용방법	· 흡연충동을 느낄 때 씹거나 삼키지 말고 입 안에서 천천히 녹여서 복용 ① 1정을 입안에 넣고 강한 맛이 느껴질 때까지 빨다. ② 이후 잇몸과 볼 사이에 두었다가 맛이 약해지면 다시 같은 방법으로 반복해서 빨도록 한다. 빨아서 복용하는 방법은 각 개인에 적합하게 맞추고 위와 같은 방법을 반복하여 이 약이 완전히 녹을 때까지 천천히 빨아서 복용한다.(약 30분) ※ 불쾌한 맛이 느껴질 수 있으나 사용 전 또는 사용 중 15분 동안 물 등을 섭취하지 않도록 주의	

○ 부작용 발생 시 대처

- 빈맥, 두근거림, 어지러움, 식은땀, 구역, 구토, 혈압 변화, 호흡곤란 등 부작용 발생 시 사용을 중지하고 의사 진료 받도록 안내

○ 기타 주의사항

- (사용 시기) 정기적으로 자주 사용
- (섭취 제한) 사용 전 또는 사용 중 15분 동안은 먹거나 마시지 않도록 주의
- ※ 불쾌한 맛이 느껴질 수 있으나 사용 전 또는 사용 중 15분 동안 물 등을 섭취하지 않도록 주의
- (보관 시) 어린이 및 애완동물의 손이 닿지 않는 곳에 보관. 실수로 사용하거나 섭취한 경우에는 즉시 병원 내원

1 니코틴 패치 ① [니코스탑패취, 니코틴엘, 엑소덤패취, 니코프리패취, 니코패취]

권장사용량	1일 1회 1매
사용기준	<ul style="list-style-type: none"> 하루 20개비 이상 : 30(4주) → 20(4주) → 10(4주) 20개비 미만 : 20(8주) → 10(4주) 치료는 3개월 초과 하지 않아야 함
사용방법	<ul style="list-style-type: none"> 성인 <u>1일 1회 1매씩</u> 깨끗하고 건조하며 털이 없는 신체부분에 부착하되 <u>매일 부착 부위 변경</u> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> ① 깨끗하게 씻은 손으로 패취의 박리지 한쪽을 떼어내고 털이 없는 피부의 건조하고 손상되지 않은 부위(엉덩이, 상완 등)에 부착한다. ② 나머지 박리지를 떼어내어 완전히 부착 ※패취의 접착면이 손에 직접 닿지 않도록 주의 ③ 손바닥 또는 손가락으로 꼭 눌러 부착하고 가장자리를 손가락으로 문지른다. </div>
부작용 발생 시 대처	<ul style="list-style-type: none"> 빈맥, 두근거림, 어지러움, 식은땀, 구역, 구토, 혈압 변화, 호흡곤란, 피부반응 등 <u>부작용 발생 시 사용을 중지하고 의사 진료 권고</u> 필요 시 다른 회사 제품의 니코틴 패치를 사용하는 것을 시도하거나, 니코틴껌 또는 사탕을 사용하는 것을 고려
주의사항	<ul style="list-style-type: none"> (부착위치) ① 일반적으로 팔 위쪽, 어깨, 등 또는 팔 안쪽으로, 자극을 받거나 지성, 흉터가 있거나 손상된 피부 부위에는 패치 미적용 ② 피부 자극을 피하기 위해 <u>일주일에 한 번 이상 같은 장소에 패치 부착하지 않도록 주의</u> 및 패치가 헐거워지거나 떨어지면 새 것으로 교체 (부착 후) 패치를 적용한 후에는 비누와 물로 손을 씻어 패치를 적용할 때 손가락에 묻었을 수 있는 니코틴 세척 (제거 시) 패치를 조심스럽게 제거하고 <u>접착면이 닿도록 반으로 접어 가급적 폐의약품 수거함에 버리고</u>, 상체의 다른 부분에 새 패치를 적용 * (폐의약품 수거함) 약국, 주민센터, 보건소 등 비치 (보관 시) <u>어린이 및 애완동물의 손이 닿지 않는 곳에 보관</u>. 사용된 패치라도 어린이와 애완동물에게 피해를 입힐 만큼의 충분한 니코틴을 함유할 수 있으며, 실수로 사용하거나 섭취한 경우에는 즉시 병원 내원

2 니코틴 패치 ② (니코레트인비지패치, 니코에이패치)

권장사용량	16시간 1회 1매
사용기준	<ul style="list-style-type: none"> · 하루 20개비 이상 : 25(8주) → 15(2주) → 10(2주) · 20개비 미만 : 15(8주) → 10(4주) · 총 사용기간 6개월 초과하지 않아야 함
사용방법	<ul style="list-style-type: none"> · <u>매일 아침 일어나자마자</u> 패치 1매를 부착(<u>매일 부착부위 변경</u>), <u>취침 시 제거</u> <div style="border: 1px dashed black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> ① 깨끗하게 씻은 손으로 패치의 박리지 한쪽을 떼어내고 털이 없는 피부의 건조하고 손상되지 않은 부위(엉덩이, 상완, 가슴 등)에 부착한다. ② 나머지 박리지를 떼어내어 완전히 부착 ※패치의 접착면이 손에 직접 닿지 않도록 주의 ③ 손바닥 또는 손가락으로 꼭 눌러 부착하고 가장자리를 손가락으로 문지른다. </div>
부작용 발생 시 대처	<ul style="list-style-type: none"> · 빈맥, 두근거림, 어지러움, 식은땀, 구역, 구토, 혈압 변화, 호흡곤란, 피부반응 등 부작용 발생 시 사용을 중지하고 의사 진료 권고 · 필요 시 다른 회사 제품의 니코틴 패치를 사용하는 것을 시도하거나, 니코틴껌 또는 사탕을 사용하는 것을 고려
주의사항	<ul style="list-style-type: none"> · (부착위치) ① 일반적으로 가슴 위쪽, 팔 위쪽, 어깨, 등 또는 팔 안쪽으로, 자극을 받거나 지성, 흉터가 있거나 손상된 피부 부위에는 패치 미적용 ② 피부 자극을 피하기 위해 일주일에 한 번 이상 같은 장소에 패치 부착 하지 않도록 주의 및 패치가 헐거워지거나 떨어지면 새 것으로 교체 · (부착 후) 패치를 적용한 후에는 비누와 물로 손을 씻어 패치를 적용할 때 손가락에 묻었을 수 있는 니코틴 세척 · (제거 시) 패치를 조심스럽게 제거하고 접착면이 닿도록 반으로 접어 가급적 폐의약품 수거함에 버리고, 상체의 다른 부분에 새 패치를 적용 * (폐의약품 수거함) 약국, 주민센터, 보건소 등 비치 · (보관 시) 어린이 및 애완동물의 손이 닿지 않는 곳에 보관. 사용된 패치라도 어린이와 애완동물에게 피해를 입힐 만큼의 충분한 니코틴을 함유할 수 있으며, 실수로 사용하거나 섭취한 경우에는 즉시 병원 내원

3 니코틴 껌 (니코스탑껌, 니코레트껌, 니코에이껌, 니코레스껌, 니코맨껌, 니코틴엘껌)

권장 사용량	<p>흡연충동 시 사용(통상 1일 8~12개, 최대 15개 이하)</p> <p>* 니코틴엘껌 : 1시간 이내 1개 초과 금지</p>
사용기준	<ul style="list-style-type: none"> · 1일 흡연량 20개비 이하 : 2mg · 1일 흡연량 20개비 초과 : 4mg · [금연] 담배를 끊고자 하는 경우 (18세 이상) <ul style="list-style-type: none"> – 흡연 충동이 있을 때마다 니코틴 껌 사용(통상 하루 8~12개를 씹고, 총 사용량 15개 미만) – 흡연에 대한 욕구가 점차 감소되면 1일 수량을 줄이면서 투여 – 일반적으로 3개월간 투여 – 니코틴 껌 4mg 사용자의 경우 치료의 금단증상이 생길 때 2mg 껌 사용 시 도움 가능 – 흡연 욕구가 갑자기 다시 생길 수 있기 때문에, 항상 여분의 껌 소지 – 9개월 이상 사용 시 의료전문가의 도움 및 상담 필요 · [흡연량 감소] 흡연량/횟수를 줄이고자 하는 경우 (18세 이상) <ul style="list-style-type: none"> – 흡연 충동을 조절하고 흡연 간격을 늘리고자 할 때 니코틴껌을 사용 – 사용 후 6주까지도 일일 흡연량이 줄어들지 않으면 의료전문가의 상담 필요 – 마음의 준비가 되는 즉시 금연 시도를 하되, 치료 시작 후 6개월이 지나지 않도록 주의 – 9개월 이상 사용 시 의료전문가의 도움 및 상담 필요
사용방법	<ul style="list-style-type: none"> · 흡연충동이 있을 때마다 ‘쉬어가며 씹기 방법’에 따라 천천히 씹기 <div> <p>① 니코틴껌 1개를 입 안에 넣고 수초 간격으로 천천히 씹는다.</p> <p>② 강한 맛이나 약간의 얼얼한 느낌이 느껴질 때까지 씹은 후 강한 맛이나 얼얼한 느낌이 진정될 때까지 껌을 잠시 볼에 붙인다.</p> <p>※ 불쾌한 맛이 느껴질 수 있으나 사용 전 또는 사용 중 15분 동안 물 등을 섭취하지 않도록 주의</p> <p>③ 다시 천천히 껌을 씹고, 위와 같이 반복한다.</p> <p>④ 이와 같은 방법으로 30분간 계속 씹는다.(30분 사용 후 제거)</p> <p>⑤ 껌의 맛에 익숙해지면, 필요에 따라 씹는 속도를 증가시킨다.</p> </div>
부작용 발생 시 대처	<ul style="list-style-type: none"> · 빈맥, 두근거림, 어지러움, 식은땀, 구역, 구토, 혈압 변화, 호흡곤란 등 부작용 발생 시 사용을 중지하고 의사 진료 권고
주의사항	<ul style="list-style-type: none"> – (사용 시기) 언제 담배에 대한 갈망이 생길지 미리 생각해 보고, <u>담배에 대한 갈망이 일어나기 전에 껌 사용</u> <ul style="list-style-type: none"> · 니코틴 패치와 함께 껌을 사용하는 경우 갈망이 생기거나 예상될 때 사용하기 때문에 잦은 껌 사용 불필요 – (사용량) 여러 개를 한 번에 씹지 말고 1개씩 사용 – (섭취 제한) <u>사용 전 또는 사용 중 15분 동안은 먹거나 마시지 않도록 주의.</u> 탄산음료와 커피와 같은 산성 음식과 음료도 껌의 작용을 막을 수 있음 <ul style="list-style-type: none"> ※ 껌을 씹는 중 강한맛 등 불쾌한 맛이 느껴질 수 있으나 물 등을 섭취하지 않도록 주의 – (폐기 시) 종이에 싸서 가급적 폐의약품 수거함에 폐기 <ul style="list-style-type: none"> * (폐의약품 수거함) 약국, 주민센터, 보건소 등 비치 – (보관 시) <u>어린이 및 애완동물의 손이 닿지 않는 곳에 보관.</u> 실수로 사용하거나 섭취한 경우에는 즉시 병원 내원

4 니코틴 사탕 (니코스탑트로키, 니코멘트로키, 니코틴엘껌)

권장사용량	<ul style="list-style-type: none"> · 흡연충동 시 사용(통상 1일 8~12정, 최대 25정) ※ 니코틴 함량 : 전제품 1mg, 니코멘트 2mg
사용기준	<ul style="list-style-type: none"> · 중증도 니코틴 의존도에 권장 · 30개비 이상 흡연자에게 권하지 않음
	<ul style="list-style-type: none"> · 초기에는 1정을 매 1~2시간 간격 복용 · 통상 3개월간 계속해야하며, 3개월 이후 단계적으로 복용량을 줄이고, 약 복용량이 1일 1~2정으로 감소 시 치료 중단 · 6개월 이상 사용 권장하지 않음(중증흡연자는 재흡연을 피하기 위해 연장 필요할 수 있음)
사용방법	<ul style="list-style-type: none"> · 흡연충동을 느낄 때 씹거나 삼키지 말고 입 안에서 천천히 녹여서 복용 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>① 1정을 입안에 넣고 강한 맛이 느껴질 때까지 빨다.</p> <p>② 이후 잇몸과 볼 사이에 두었다가 맛이 약해지면 다시 같은 방법으로 반복해서 빨도록 한다. 빨아서 복용하는 방법은 각 개인에 적합하게 맞추고 위와 같은 방법을 반복하여 이 약이 완전히 녹을 때까지 천천히 빨아서 복용한다.(약 30분)</p> <p>※ 불쾌한 맛이 느껴질 수 있으나 사용 전 또는 사용 중 15분 동안 물 등을 섭취하지 않도록 주의</p> </div>
부작용 발생 시 대처	<ul style="list-style-type: none"> · 빈맥, 두근거림, 어지러움, 식은땀, 구역, 구토, 혈압 변화, 호흡곤란 등 부작용 발생 시 사용을 중지하고 의사 진료 권고
주의사항	<ul style="list-style-type: none"> · (사용 시기) 정기적으로 자주 사용 · (섭취 제한) <u>사용 전 또는 사용 중 15분 동안은 먹거나 마시지 않도록 주의</u> · (보관 시) <u>어린이 및 애완동물의 손이 닿지 않는 곳에 보관</u>. 실수로 사용하거나 섭취한 경우에는 즉시 병원 내원

III

이용자용 가이드라인 2 (스티커)

니코틴 패치 ㉓ (니코스탑, 니코틴엘, 엑소덤, 니코프리, 니코패치)	니코틴 패치 ㉔ (니코레트인비저, 니코에이)
<p>[사용방법]</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ 성인 1일 1회 1매씩 건조하고, 털과 상처가 없는 부위(윗쪽팔 엉덩이 등)에 <u>매일 부위 변경하여 부착(24시간 사용)</u> · 일주일에 한 번 이상 같은 곳에 붙이지 않도록 주의 · 접착면이 손에 직접 닿지 않도록 주의 <p>[부작용 발생 시] <u>사용을 중지하고 의사 진료</u></p> <p>[주의사항]</p> <ul style="list-style-type: none"> - 패치의 니코틴이 손에 묻지 않도록 주의하며, 제거 시 접착면이 닿도록 반으로 접어 가급적 폐의약품 수거함*에 폐기(* 약국, 주민센터, 보건소 등 비치) <p>★ 세부 내용 약품 설명서, 식약처 의약품안전나라, 금연두드림 등 확인</p>	<p>[사용방법]</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ 매일 아침 일어나자마자 1매씩 건조하고, 털과 상처가 없는 부위(윗쪽팔, 가슴, 엉덩이 등)에 <u>매일 부위 변경하여 붙이고, 취침 시 제거(16시간 사용)</u> · 일주일에 한 번 이상 같은 곳에 붙이지 않도록 주의 · 접착면이 손에 직접 닿지 않도록 주의 <p>[부작용 발생 시] <u>사용을 중지하고 의사 진료</u></p> <p>[주의사항]</p> <ul style="list-style-type: none"> - 패치의 니코틴이 손에 묻지 않도록 주의하며, 제거 시 접착면이 닿도록 반으로 접어 가급적 폐의약품 수거함*에 폐기(* 약국, 주민센터, 보건소 등 비치) <p>★ 세부 내용 약품 설명서, 식약처 의약품안전나라, 금연두드림 등 확인</p>
니코틴 껌	니코틴 사탕
<p>[사용방법]</p> <ul style="list-style-type: none"> · 흡연 충동 있을 때 사용(통상 1일 8~12개, 최대 15개 이하 사용)하다 점차 수량 줄이며 투여 <ol style="list-style-type: none"> ① 니코틴껌 1개씩을 10회 정도 천천히 씹는다. (여러개 사용하지 말것) ② 강한 맛이나 약간의 얼얼한 느낌이 느껴질 때 껌을 잇몸쪽에 두거나 볼에 붙여 진정될 때까지 기다린다. ③ 다시 천천히 씹고, 위와 같이 30분간 반복한다. <p>예시) 니코레트 홈페이지 내 껌 사용방법 동영상</p> <p>[부작용 발생 시] <u>사용을 중지하고 의사 진료</u></p> <p>[주의사항]</p> <ul style="list-style-type: none"> - 흡연 욕구 발생 전 껌 사용 - 사용 전 또는 사용 중 15분 동안은 먹거나 마시지 않도록 주의(껌을 씹는 중 강한맛 등 불쾌한 맛이 느껴질 수 있으나 물 등을 섭취하지 않도록 주의) <p>★ 세부 내용 약품 설명서, 식약처 의약품안전나라, 금연두드림 등 확인</p>	<p>[사용방법]</p> <ul style="list-style-type: none"> · 3개월동안 흡연 충동이 있을 때 사용(통상 1일 8~12정, 최대 25정 사용. 초기 1정씩 매 1~2시간 간격으로 사용하다 단계적으로 복용량 감소 후 1일 1~2정으로 감소 시 치료 중단) <ol style="list-style-type: none"> ① 1정을 입안에 넣고 강한 맛이 느껴질 때까지 뱉다. ② 이후 잇몸과 볼 사이에 두었다가 맛이 약해지면 다시 같은 방법으로 반복해서 약이 완전히 녹을 때까지 약 30분간 천천히 빨아서 복용한다. (불쾌한 맛이 느껴질 수 있으나 물 등을 섭취하지 않도록 주의) <p>[부작용 발생 시] <u>사용을 중지하고 의사 진료</u></p> <p>[주의사항]</p> <ul style="list-style-type: none"> - 사용 전 또는 사용 중 15분 동안은 먹거나 마시지 않도록 주의 <p>★ 세부 내용 약품 설명서, 식약처 의약품안전나라, 금연두드림 등 확인</p>