

中藥嗅劑戒煙 300 例臨床總結及探討

歐漢琛¹、黎安娜²

¹戒煙保健會主席、歐漢琛慈善會創辦人

²歐漢琛慈善會中醫生

【摘要】

目的：觀察中藥劑戒煙療法的臨床療效。

方法：300 例吸煙成癮者（煙齡 ≥ 10 年）的戒煙效果及戒煙者在戒煙過程中出現戒斷症狀情況進行觀察及分析。其中，100 例採用單一尼古丁替代療法；另 200 例採用尼古丁替代療法配合中藥嗅劑進行綜合治療。

結果：①尼古丁替代療法配合中藥嗅劑綜合療法，成功治癒 131 例，有效 64 例，無效 5 例；單一尼古丁替代療法，成功治癒 18 例，有效 52 例，無效 30 例。

②戒斷症狀輕微或不表現。

③治療時間相對較短，2-3 星期。

結論：尼古丁替代療法配合中藥嗅劑綜合療法效果顯著，療程短戒斷症狀輕，復吸率低。明顯優於單一尼古丁替代療法。

【關鍵字】煙草、戒煙、中藥、嗅劑、戒斷症狀、綜合療法

煙草依賴屬一慢性的疾患，每每令人難以抗拒。而當中含有尼古丁、焦油、一氧化碳等四百多種有毒化學物。長期被人體吸收，會誘發高血壓病、糖尿病、心血管疾病、慢性支氣管炎等；更與肺癌、鼻咽癌等多種惡性腫瘤有直接關係。現澳門吸煙人數（ >14 歲）目前估計有 82,400 名煙民，男性煙民吸煙率為 30.7%，女性為 4.3%。並呈現出吸煙率有年輕化及女性化的趨勢。

戒煙保健會自 1980 年成立，開展戒煙保健宣傳教育工作超過三十餘年，不斷地探索更有效、更有特色的新療法，以提高戒煙者的信心，並減少治療過程中戒斷症狀及復吸等情況的出現。戒煙門診得到澳門政府社會工作局防治藥物依賴廳贊助下，歐漢琛慈善會（醫療部）自 2005 年遂開創了澳門首家民間團體為居民提供免費戒煙門診及藥物提供服務。治療上除了使用尼古丁替代療法，更使用中藥療法。在傳統中醫藥上著手研究，以中醫理論為基礎，中藥學為指導，將多種中藥等制成嗅劑型式，以助戒煙。好讓戒煙者減輕對使用中藥的抗拒性，從而得到更佳的療效。

臨床上採用尼古丁替代療法配合中藥嗅劑綜合療法與單一尼古丁替代療法進行比較；對 300 個自願戒煙者進行戒煙治療，其中分設 100 例單一尼古丁替代療法治療為對照組；另對 200 例採用尼古可替代療法配合中藥嗅劑治療為治療組。

療效顯著的是採用綜合療法。2-3 周時間，便能將戒斷症狀降到最低的情況下，讓戒煙者輕鬆戒掉煙癮。現總結報告如下：

(一) 一般資料：300 例戒煙者均為 2008-2009 年間增到訪本戒煙門診人士，按煙齡 ≥ 10 年之條件，隨機分成治療組 200 例（尼古丁替代療法 + 中藥嗅劑），對照組 100 例（單一尼古丁替代療法）。年齡最大者為 90 歲，最少者為 22 歲；男 235 例，女 65 例。單一尼古丁替代療法失敗者占 30%（大多出現精神不振、嗜睡、口乾、咽痛、夜眠欠安、情緒易煩燥等戒斷症狀）；以往從未曾戒煙者 13%。

(二) 治療方法：治療組：在使用“戒煙貼”同時使用中藥嗅劑，3-5 次/天，時間約 10-30 分鐘，按戒煙者之接受能力。（孕婦忌用）對照組：單一尼古丁替代療法。

(三) 治療效果：（療效評定標準）

治癒：吸煙慾望消失，不受場地、時間及任何環境所影響。無何戒斷症狀出現，與非吸煙人士一樣，對香煙產生厭惡感，以達致生理與心理都徹底戒煙。

有效：雖無吸煙的慾望，自身對戒煙的認知及成功戒煙的信心不足；當遇到誘惑時，仍會復吸，但數量只是 1-2 根香煙。嚴重者會再次對尼古丁產生依賴，而再次成癮。

無效：戒煙意志薄弱，未能配合各治療方案。同時出現較嚴重的戒斷症狀，令戒煙者失去信心並自行中斷治療，再次產生依賴而復吸。

對兩組戒煙治療的療效進行比較，治療組總戒斷成功率為 65.5%，對照組總戒斷成功率為 18%。

表 1 兩組戒煙治療除癮成功療效比較

	例數	治癒	有效	無效	總戒斷率
治療組	200	131	64	5	65.5%
對照組	100	18	52	30	18%

(四) 討論：

煙草依賴本身就是一個慢性疾病，其病因就是對尼古丁依賴。特點是無法克制使用尼古丁，以及強迫性地、連續地使用尼古丁，以體驗其帶來的欣和愉悅，以避免可能產生之戒斷症狀。

隨著澳門經濟急促的發展，對外交流的增多，大量的遊客來澳消費，其生活習慣對澳門居民造一定程度上成影響，尤其是吸煙是亞洲人常見的嗜好。據統計，澳門煙草及煙草製品進口的價值由 1999 年的 391 百萬元增至 2009 年的 692 百萬元，增幅近八成ⁱ。而 2008 年調查顯示，本澳目前有 82,400 名煙民 (>14 歲)，男性煙民吸煙率為 30.7%，女性為 4.3%（見表一）ⁱⁱ。另外，據 05 年調查有 11.4% 的男孩和 9.8% 的女孩曾吸煙，與 2000 年的 8.1% 和 5.6% 相比，反映吸煙有年輕化趨勢ⁱⁱⁱ，吸煙者的人數每年均有上升。此類人士對吸煙所帶來的禍害認識不深，長期吸煙對他們的健康和成長造成極大的危害。根據 2008 年澳門年度癌症報告顯示：肺癌男性患者為 5614.5 人、女性患者為 2345 人；每年新增的病例男性：95 人、女性：59 人。

中藥嗅制是根據我國中醫基礎理論為本，並在中藥學的指導下，透過中藥的四氣五味及其性質、歸經，並以“君、臣、佐、使”原則制成此嗅制。嗅制經呼吸道直接吸入體內，以促進氣血運行，而使藥物更有效地發揮作用。特別是揮發性的藥物易於經呼吸道嗅入吸收，對機體產生特定的刺激作用，以減輕在戒煙過程中出現的各種戒斷症狀，對口干、咽燥、情緒久安等等情況起到一定的治療作用；並能有效的阻斷人體對尼古丁的生理依賴，從而達到戒煙之目的。

ⁱ 資料取自澳門 2009 年統計年鑑。取自：

http://www.dsec.gov.mo/getAttachment/14e16214-1515-4529-9373-8077efc88961/C_AE_PUB_2009_Y.aspx

ⁱⁱ 根據澳門統計局於 2008 年的調查。資料取自：蕭巧玲、湯家耀 (2010)。澳門控煙現況分析與未來展望。《行政》，1，97-107。

ⁱⁱⁱ 疾病預防控制中心 (2007)。2005 年澳門全球青少年煙草使用調查。《澳門醫學雜誌》，7 (3)，153-158。