




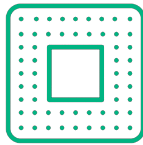
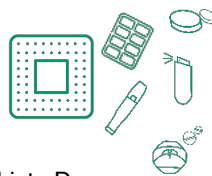














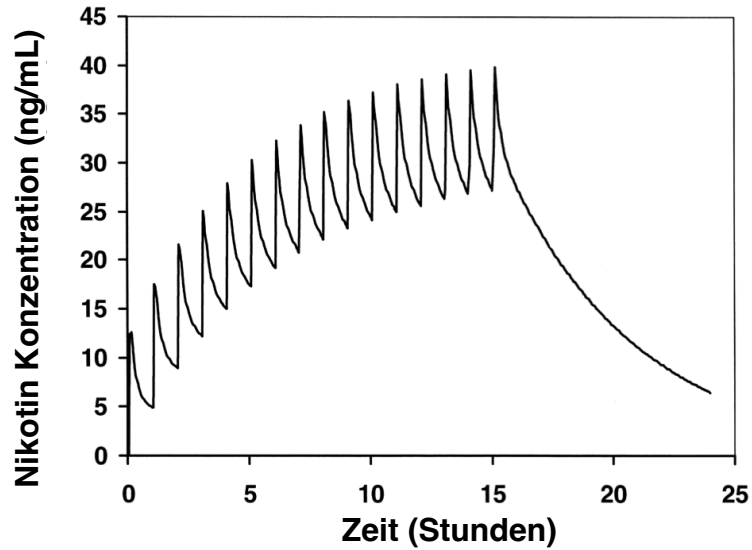
# Wahl einer Unterstützungsmethode zur Raucherentwöhnung

	NIKOTINERSATZPRODUKTE						KOMBINATION	
Produkt	Nicorette® Microtab Sublingualtabletten	Nicorette® / Nicotinell® Lutschtablette	Nicorette® Kaudepot Nicotinell® Kaugummi	Nicorette® Inhaler	Nicorette® Spray zur Anwendung in der Mundhöhle	Nicorette® Depotpflaster Nicotinell® Pflaster	Pflaster & Nikotinersatzprodukte verschiedene Kombimöglichkeiten	
								
Darreichungsform	Liste D Sublingualtabletten <i>schnell wirksam</i>	Liste D Lutschtabletten <i>schnell wirksam</i>	Liste D Kaugummi <i>schnell wirksam</i>	Liste D Inhaler <i>schnell wirksam</i>	Liste D Mundspray <i>schnell wirksam</i>	Liste D Pflaster <i>lang wirksam</i>	Liste D Pflaster & anderes Nikotinersatzprodukt	
Verfügbare Dosis	2 mg	1 mg / 2 mg	2 mg / 4 mg	10 mg	1 mg / Sprühstoss	21, 14 und 7 mg / 25, 15 und 10 mg	siehe Pflaster & anderes schnell wirksames Produkt	
Anwendung	8-12x / Tag nach Bedarf	8-12x / Tag nach Bedarf	8-12x / Tag nach Bedarf	6-12x / Tag nach Bedarf	12-25x / Tag nach Bedarf	1x / Tag während 16 oder 24 h oder nach Bedarf	Pflaster 1x / Tag + Ersatzprodukt nach Wahl	
Vorteil für Nutzer:innen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Unauffällig</b> mit dem Rauchen aufhören</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Unauffällig</b> mit dem Rauchen aufhören</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erhältlich in verschiedenen <b>Wirkstoffstärken</b> und <b>Geschmacksrichtungen</b></li> <li>• <b>aktiv</b> aufhören</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «<b>Hand-zu-Mund</b>»-Bewegung wird simuliert</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erhältlich in verschiedenen <b>Geschmacksrichtungen</b></li> <li>• Rasche <b>Hilfe nach 30 s</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erhältlich in verschiedenen <b>Wirkstoffstärken</b></li> <li>• <b>1x am Tag</b></li> <li>• Nikotinabgabe <b>rund um die Uhr</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bei <b>starkem</b> oder <b>unkontrollierbarem Rauchverlangen</b></li> <li>• Wenn bei <b>Monotherapie rückfällig</b></li> </ul>	
Nebenwirkungen / Nachteile	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Irritationen im Mund- und Rachenbereich</li> <li>• Schluckauf</li> <li>• Übelkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Irritationen im Mund- und Rachenbereich</li> <li>• Schluckauf</li> <li>• Übelkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Irritationen im Mund- und Rachenbereich</li> <li>• Schluckauf</li> <li>• Übelkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Irritationen im Mund- und Rachenbereich</li> <li>• Schluckauf</li> <li>• Übelkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Irritationen im Mund- und Rachenbereich</li> <li>• Schluckauf</li> <li>• Übelkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Irritationen im Mund- und Rachenbereich</li> <li>• Schluckauf</li> <li>• Übelkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hautirritationen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hautirritationen</li> <li>• Irritationen im Mund- und Rachenbereich</li> <li>• Schluckauf</li> <li>• Übelkeit</li> </ul>
Wirksamkeit	++	++	++	++	+++	++	+++	
Abhängigkeit	+	+	+	+	+	+	+	
Preis pro Schachtel	~ 65.- CHF 100 Tabletten à 2 mg	~ 25.- CHF 36 Tabletten à 2 mg	~ 20.- CHF 30 Kaudepots à 2 mg	~ 65.- CHF 42 Patronen à 10 mg	~ 60.- CHF 150 Sprühstösse	~ 100.- CHF 14 Pflaster à 15 mg	~ 120.- CHF Kombination von Ersatzprodukten	
Preis pro Tag (im Vergleich zu einer Zigaretenschachtel*)	~ 6.- CHF pro Tag 	~ 6.- CHF pro Tag 	~ 5.- CHF pro Tag 	~ 9.- CHF pro Tag 	~ 6.- CHF pro Tag 	~ 6.- CHF pro Tag 	~ 11.- CHF pro Tag 	

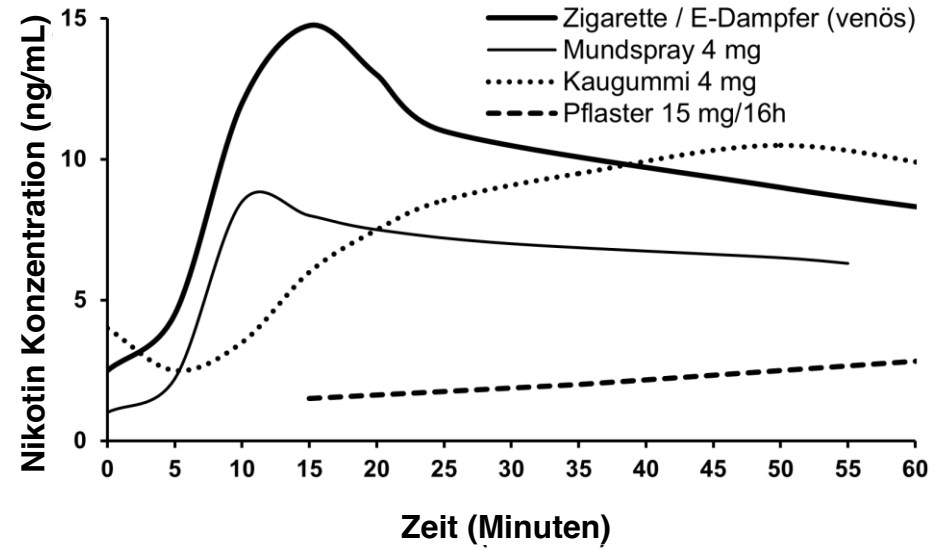
# Wahl einer Unterstützungsmethode zur Raucherentwöhnung

	OHNE MEDIKAMENTE			MEDIKAMENTÖSE THERAPIE			NEUARTIGE NIKOTINPRODUKTE	
Produkt	Kognitive Verhaltenstherapie	Motivierende Gesprächsführung	Raucherentwöhnung ohne Unterstützung Reduzierung der gerauchten Zigaretten	Vareniclin Champix®	Bupropion® Zyban® <i>nur auf ärztliche Verschreibung</i>	Cytisin® Tabex®, Desmoxan® <i>nur auf ärztliche Verschreibung</i>	Nikotinhaltinger Verdampfer mehrere Marken	Nikotinhaltinge Beutel mehrere Marken
Darreichungsform	Gespräch	Gespräch	Selbstinitiative	Tabletten	Tabletten	Kapseln / Tabletten	Verdampfer	Nikotinbeutel
Verfügbare Dosis	-	-	-	0.5 mg / 1 mg	150 mg	1.5 mg	verschiedene Dosierungen	verschiedene Dosierungen
Anwendung	-	-	-	2x / Tag	2x / Tag	6x / Tag, dann 2x / Tag	Nach Bedarf	Nach Bedarf
Vorteil für Nutzer:innen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Keine medikamentöse Therapie</li> <li>Strategien <b>lernen</b> zur <b>Bewältigung</b> des Rauchdrangs</li> <li><b>Vertrauen</b> in eigene <b>Abstinenzfähigkeit</b> stärken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Keine medikamentöse Therapie</li> <li><b>Verhaltensänderung</b> durch <b>eigene Argumente</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Keine medikamentöse Therapie</li> <li>Keine Sprechstunden</li> <li><b>Verschiedene Methoden:</b> Schlusspunkt- oder Reduktionsmethode</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Unauffällig mit dem Rauchen aufhören</li> <li>Unter bestimmten Bedingungen von der <b>Grundversicherung übernommen</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Unauffällig mit dem Rauchen aufhören</li> <li>Unter bestimmten Bedingungen von der <b>Grundversicherung übernommen</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Unauffällig mit dem Rauchen aufhören</li> <li>Kann angewendet werden, <b>wenn andere Therapieformen nicht zum Erfolg geführt haben</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>«<b>Hand-zu-Mund</b>»-Bewegung wird simuliert</li> <li>Kann angewendet werden, <b>wenn andere Therapieformen nicht zum Erfolg geführt haben</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Tabakfreies</b> Produkt</li> <li>Erhältlich in verschiedenen <b>Geschmacksrichtungen</b></li> </ul>
Nebenwirkungen / Nachteile	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zeitaufwand für Besuch bei Fachperson</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zeitaufwand für Besuch bei Fachperson</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reizbarkeit, Wut, Nervosität</li> <li>Müdigkeit</li> <li>Ängstlichkeit</li> <li>Schlechte Laune</li> <li>«Craving» (starkes Verlangen nach Tabak)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Übelkeit</li> <li>Schlafstörungen</li> <li>Stimmungsschwankungen</li> <li>Alpträume</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schlafstörungen</li> <li>Trockener Mund</li> <li>Kopfschmerzen</li> <li>Stimmungsschwankungen</li> <li>Verdauungsstörungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kopfschmerzen</li> <li>Übelkeit</li> <li>Schlafstörungen</li> <li>Magen-Darm-Beschwerden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Irritationen im Mund- und Rachenbereich</li> <li>Weiterhin Exposition mit Schadstoffen</li> <li>Husten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schluckauf</li> <li>Übelkeit</li> <li>Suchtgefahr</li> </ul>
Wirksamkeit	++	(+)	(+)	+++	++	+++	+++	++
Abhängigkeit	-	-	-	-	-	-	+++	++
Preis pro Schachtel	<b>Individuell</b> je nach Tarif / Anzahl Sitzungen	<b>Individuell</b> je nach Tarif / Anzahl Sitzungen	<b>Keine Kosten</b>	~ 100.– CHF 56 Tabletten à 1 mg	~ 55.– CHF 30 Tabletten à 150 mg	~ 90.– CHF 100 Tabletten à 1.5 mg	~ 20 / 70.– CHF Starterkit	~ 7.– CHF 1 Dose à 21 Beuteln
Preis pro Tag (im Vergleich zu einer Zigaretenschachtel*)	<b>Individuell</b> je nach Tarif / Anzahl Sitzungen	<b>Individuell</b> je nach Tarif / Anzahl Sitzungen	<b>Keine Kosten</b>	~ 4.– CHF pro Tag 	~ 4.– CHF pro Tag 	~ 4.– CHF pro Tag 	~ 2-3.– CHF pro Tag 	~ 2-3.– CHF pro Tag 

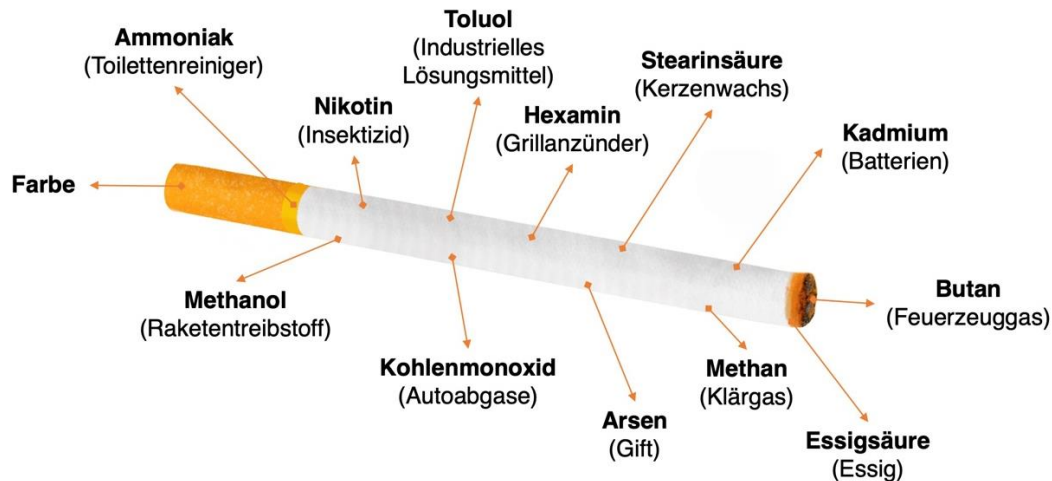
ENTWICKLUNG NIKOTINSPIEGEL RAUCHER:INNEN ÜBER 24 STUNDEN



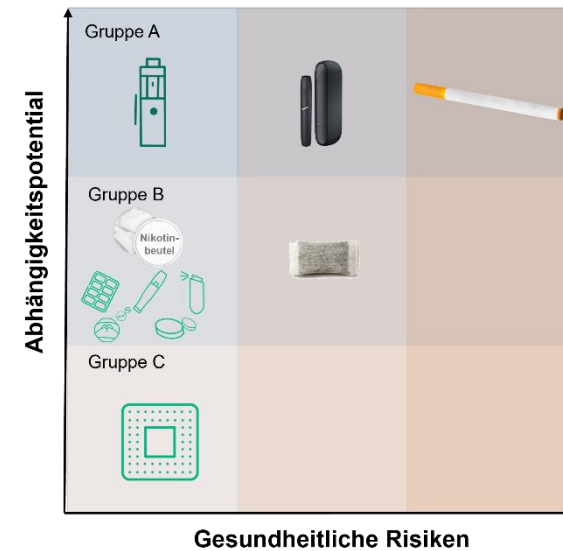
NIKOTINSPIEGEL ÜBER ZEIT JE NACH VERABREICHUNGSMETHODE



INHALTSSTOFFE EINER ZIGARETTE



ABHÄNGIGKEITSPOTENTIAL VS. GESUNDHEITLICHE RISIKEN



## Referenzen

### **Nikotinersatzprodukte (Nicorette®, Nicotinell®), Bupropion (Zyban®), Vareniclin (Champix®), E-Dampfer – Arzneimittelinformationen, Wirksamkeit, Abhängigkeit, Preise**

1. Stiftung Refdata. www.swissmedicinfo.ch [Internet]. refdata. Available from: <https://www.swissmedicinfo.ch/>
2. Jakob J, Cornuz J, Auer R, Sadowski IJ, Cardinaux R, Selby K. Outil d'aide à la décision comparant les traitements pharmacologiques pour l'arrêt du tabac. Revue Médicale Suisse. 2017;13(566):1191–4.
3. Hempel-Bruder C, Habfast-Robertson I, Durand MA, Berlin I, Marti J, Khazaal Y, et al. Combining default choices and an encounter decision aid to improve tobacco cessation in primary care patients: protocol for a cluster randomized trial. BMC Prim Care. 2022 Sep 24;23(1):246.

### **Nikotinersatzprodukte Vorteile für Nutzer:innen:**

4. GlaxoSmithKline Consumer Healthcare GmbH & Co. KG. Nicotinell® [Internet]. Available from: <https://www.nicotinell.de/>
5. JNTL Consumer Health II (Switzerland) GmbH. Nicorette® [Internet]. Available from: <https://www.nicorette.ch/>

### **Cytisin (Tabex®, Desmoxan®, Cravv®, Asmoken®), Kognitive Verhaltenstherapie, Motivierende Gesprächsführung – Informationen, Wirksamkeit, Abhängigkeit, Preise:**

6. Stopsmoking.ch. Aufhören mit Rauchen [Internet]. Stopsmoking. 2023. Available from: <https://www.stopsmoking.ch/>
7. FMH Public Health. PEPrä [Internet]. Available from: <https://www.pepra.ch/de/tabak>

### **Raucherentwöhnung ohne Unterstützung – Informationen, Entzugserscheinungen:**

8. Lindson N, Klemperer E, Hong B, Ordóñez-Mena JM, Aveyard P. Smoking reduction interventions for smoking cessation. Cochrane Database of Systematic Reviews [Internet]. 2019 [cited 2023 Mar 20];2019(9). Available from: <https://www.readcube.com/articles/10.1002%2F14651858.cd013183.pub2>
9. Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz - Raucherberatung in der Apotheke [Internet]. Available from: <https://www.apotheken-raucherberatung.ch/raucherberatung-in-der-apotheke-startseite-de/startseite>

### **Preis pro Zigarettenschachtel:**

10. Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz - Preise für Tabak- und Nikotinprodukte in der Schweiz [Internet]. Available from: <https://www.at-schweiz.ch/advocacy/preise-steuern/verkaufspreise?lang=de>

### **Grafiken:**

#### Entwicklung Nikotinspiegel über 24 Stunden / je nach Verabreichungsmethode (eigene Grafiken / adaptiert)

11. Le Houezec J. Role of nicotine pharmacokinetics in nicotine addiction and nicotine replacement therapy: a review. Int J Tuberc Lung Dis. 2003 Sep;7(9):811–9.
12. Kraiczi H, Hansson A, Perfekt R. Single-Dose Pharmacokinetics of Nicotine When Given With a Novel Mouth Spray for Nicotine Replacement Therapy. Nicotine & Tobacco Research. 2011 Dec 1;13(12):1176–82.

#### Inhaltsstoffe einer Zigarette (eigene Grafik / adaptiert)

13. Stopsmoking.ch. Aufhören mit Rauchen [Internet]. Stopsmoking. 2023. Available from: <https://www.stopsmoking.ch/>

#### Abhängigkeitsrisiko vs. Gesundheitliche Risiken

14. Eigene Grafik