

# ถามตอบกับหมอประกิต



ศ.นพ.ประกิต วาทีสาธกกิจ

23 ตุลาคม 2561

“หมากฝรั่งเลิกบุหรี่ ช่วยเลิกบุหรี่ได้จริงหรือไม่”

ถาม

ถามมาจากคุณหมอตานหนึ่ง เรื่องหมากฝรั่งเลิกบุหรี่จะใช้ได้ไหม จะเกิดการเสพติดหรือไม่?

ตอบ

หมากฝรั่งที่มีนิโคตินอยู่ด้วย ใช้เป็นยาเพื่อรักษาการเลิกสูบบุหรี่มานาน 30 ปี แล้ว เนื่องจากเป็นผลิตภัณฑ์ยา จึงมีการจำกัดความเข้มข้นของสารนิโคติน และสารเคมีที่ผสมอื่น ๆ

ปัญหาของ หมากฝรั่งคือ ต้องเคี้ยวช้า ๆ และเคี้ยวให้ถูกวิธี แต่ละเม็ดต้องเคี้ยวนาน 15-20 นาที และระดับนิโคตินในเลือดจะขึ้นต่ำกว่าการสูบบุหรี่มาก มีผลเพียงเพื่อให้คนที่เลิกบุหรี่ เมื่อเคี้ยวหมากฝรั่งนิโคตินแล้ว จะลดอาการอยากบุหรี่ลง แต่ไม่ได้รับความภริมย์เหมือนการสูบบุหรี่ปกติ จึงไม่เป็นที่นิยมของคนที่จะเลิกบุหรี่ โดยเฉพาะคนไทย ที่อยากได้ยาที่กลืนกินเลย ไม่ชอบที่ต้องเคี้ยวเอื้อง และเนื่องจากนิโคตินที่ได้ได้อย่างช้า ๆ และพืคต่ำ ทำให้หมากฝรั่งนิโคตินไม่เสพติดครับ ต่างจากบุหรี่ไฟฟ้าที่สูบแล้วจะได้รับนิโคตินสูงมาก บุหรี่ไฟฟ้าจึงเสพติดเหมือนบุหรี่ทั่วไป



มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

[www.ashthailand.or.th](http://www.ashthailand.or.th)