

Какой способ использования никотиновой заместительной терапии лучше, чтобы бросить курить?

Актуальность. Никотиновая заместительная терапия (НЗТ) — это лекарства, доступные в виде пластырей, жевательных резинок, назальных или пероральных спреев, ингаляторов, таблеток/леденцов для рассасывания, которые доставляют никотин к головному мозгу. Целью НЗТ является замена никотина, который курильщики обычно получают из сигарет, так что потребность в курении у них уменьшается, и они могут полностью бросить курить. Нам известно, что НЗТ улучшает шансы успешного прекращения курения и что люди используют этот метод лечения, чтобы бросить курить. В этом обзоре рассматривают различные способы использования НЗТ для отказа от курения, и какой из видов НЗТ лучше, чтобы бросить курить на 6 мес или дольше.

Характеристика исследований. Этот обзор включает 63 клинических испытания с 41 509 участниками. Все исследования были проведены с участием людей, которые хотели бросить курить, и в большинстве исследований участвовали взрослые. Люди, включённые в исследования, обычно выкуривали не менее 15 сигарет в день на момент начала исследований. Исследования продолжались не менее 6 мес. Доказательства актуальны по состоянию на апрель 2018 г.

Основные результаты. Использование никотиновых пластырей вместе с другими типами НЗТ (такими, как жевательные резинки или таблетки/леденцы для рассасывания) повышает вероятность успешного прекращения курения в диапазоне от 15 до 36%, чем при использовании лишь одного типа НЗТ. Вероятность успешной попытки бросить курить была выше, если участники использовали никотиновые пластыри с высокими дозами никотина [содержащие 25 мг никотина (используемые в течение 16 ч) или 21 мг никотина (используемые в течение 24 ч) в сравнении с 15 мг никотина (используемыми в течение 16 ч) или 14 мг никотина (используемыми в течение 24 ч)] или жевательные резинки с высоким содержанием никотина (содержащие 4 мг никотина в сравнении с 2 мг никотина). Использование НЗТ до и после дня прекращения курения может помочь большему числу людей бросить курить, чем использование её только после дня прекращения курения, но необходимо больше доказательств, чтобы усилить этот вывод. Однако курящие люди име-

ют равные шансы успешно бросить курить, вне зависимости от того, используют они никотиновый пластырь либо другой тип НЗТ, такой как жевательная резинка, таблетки для рассасывания или назальный спрей.

Мы также рассмотрели, какая длительность НЗТ необходима, следует ли НЗТ использовать по расписанию либо по требованию, а также больше ли людей прекращали курить, если НЗТ предоставлялась бесплатно либо за плату. Однако необходимы дополнительные исследования для ответа на эти вопросы.

В большинстве исследований не рассматривали вопросы безопасности. В тех исследованиях, в которых рассматривали вопросы безопасности, у очень малого числа людей отмечались негативные эффекты НЗТ. Доказательства из другого обзора показывают, что НЗТ является безопасным видом лечения.

Качество доказательств. Существуют доказательства высокой степени определённости, что комбинированная НЗТ работает лучше, чем только один вид НЗТ, и что жевательные резинки с более высокими дозами никотина работают лучше, чем с более низкими, а также что нет различий в эффекте между разными типами НЗТ (такими, как жевательная резинка или таблетки/леденцы для рассасывания). Это означает, что дальнейшие исследования с очень малой вероятностью смогут изменить наши выводы. Это потому, что доказательства основаны на большом числе участников, и исследования были хорошо проведены. Однако качество доказательств было средним, низким или очень низким в отношении всех других вопросов, которые мы рассмотрели. Это означает, что наши выводы могут измениться, если будут проведены новые исследования. В большинстве случаев это связано с недостаточным числом исследований, дизайном и небольшой мощностью проведённых исследований. Мы оценили качество доказательств, касающихся безопасности использования различных способов НЗТ, как низкое или очень низкое, поскольку во многих исследованиях не сообщали о безопасности.

Обзор следует цитировать таким образом:

Lindson N, Chepkin SC, Ye W, Fanshawe TR, Bullen C, Hartmann-Boyce J. Different doses, durations and modes of delivery of nicotine replacement therapy for smoking cessation. Cochrane Database of Systematic Reviews 2019, Issue 4. Art. No.: CD013308. DOI: 10.1002/14651858.CD013308.