

# KE TXARRAK STOP!

## Osasuna hobetu nahi? Utzi erretzeari; ez dago ezer hoberik

Badituzu botikak horretan laguntzeko. Erretzeko grina gutxitzen dute eta abstinenzia arindu. Halere, zuk erabakia hartzea eta ahalegina egitea da garrantzitsuena. Osasuneko profesional batek eskainiko dizkizu botika horiek, eta zure tratamenduaren jarraipena egingo du.

**Bareniklina** duzu horietako bat.

### Nola hartu behar da?

Erretzeari uzteko jarritako eguna baino astebete edo bi aste lehenago hasi behar duzu hartzen.

Pilulak osorik hartu behar dira, uraz bultzatuta eta estomagoa beterik duzula.

Dosiren bat ahaztu bazaizu, hartu ahal bezain azkar, beti ere hurrengo dosia hartzeko 4 ordu baino gehiago falta badira. Ez bikoiztu dosia, ahaztu duzuna konpentsatu nahian.

Pilulak zuriak 0,5 mg-koak dira eta pilula urdinak 1 mg-koak.

### Hauxe duzu pautak:



Pfizer laborategiak utzitako irudi moldatua

**Tratamendua 12 astekoa izango da.** Hilero aginduko dizute botika, kaxa bat aldiro eta tratamendu jarraipena egingo zaizu.

#### Bibliografia

Champix® erabilera-orria. [https://cima.aemps.es/cima/dochtml/p/106360023/P\\_106360023.html](https://cima.aemps.es/cima/dochtml/p/106360023/P_106360023.html)

Egileak: Iñigo Aizpurua, Rosa Añel, Isabel Elizondo, Laura Gancedo, Itxasne Lekue, M.ª José López, Oihana Mora, Carmela Mozo, Corpus Peral, Karnele Pérez, Isabel Porras, Raquel Roca, Juan Uriarte.

**cevime**  
centro vasco de información de medicamentos  
medikamentu informaziozko euskal zentroa

Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia  
Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco



**Zure osasun-profesionalak ebaluatuko du ea medikamentu hau har dezakezun, baldin eta...**

18 urtetik beherakoa bazara, haurdun edo edoskitzaroan bazaude, epileptikoa bazara edo konbultsioak izan badituzu, giltzurruneko arazoak edo arazo kardiobaskularrak badituzu, edo arazo psikiatrikoen aurrekariak.



**Utzi hartzeari eta osasun-profesionalari galdetu, baldin eta...**

Krisi epileptikoak hasi bazaizkizu, infartuaren edo iktusaren sintomak badituzu, asaldatuta bazabiltza, zure buruaz beste egiteko gogoia etorri bazaizu edo depresio-sintomak badituzu, aurpegia, mingaina eta ezpainak handitu bazaizkizu edo azalean erupzioak badituzu.



**Baliteke dosia egokitu beharra izatea, baldin eta...**

Goragalea, buruko mina, nasofaringitisa baduzu, edo loa aztoratu bazaizu edo bestelako sintomaren agertu bazaizu.

**Kontsultatu.**



**Gogoan izan...**

Baliteke botika honek zorabioak eta logura sortzea, eta gidatzeko edo makineria konplexua maneiatzeko moduan ez egotea. Garrantzitsua duzu osasuneko profesionalari jakinaraztea baldin eta beste tratamenduren bat ere hartzen ari bazara, baita elikadurako osagarriak edo sendabelarrak badira ere.



**Gainera...** baliteke botika finantzatzeko aukera izatea, 18 urtetik gorakoa bazara eta...

Tabakismoaren kontrako edo tabakoarekiko ohitura eteteko programa batean bazaude (bakarrik edo talderen batean). Egunean 10 zigarro baino gehiago erretzen baduzu. Mendekotasun maila jakin bat baduzu (osasun-profesionalak neurtuko dizu hori).

Beste botiken kasuan bezalaxe, dagokizuna ordaindu beharko duzu. **Urtean ahalegin bat finantzatzen da.**

# ¡STOP A LOS MALOS HUMOS!

**Ninguna intervención aportará tanto beneficio a tu salud como dejar de fumar**

Existen medicamentos que te pueden ayudar. Reducen el ansia de fumar y alivian los síntomas de abstinencia. Sin embargo, tu decisión y el esfuerzo personal son lo más necesario. Estos medicamentos precisan de la indicación y seguimiento por parte de un profesional sanitario.

Uno de ellos es la **vareniclina**.

## ¿Cómo se toma?

Debes iniciar el tratamiento 1-2 semanas antes de la fecha que te has fijado para dejar de fumar.

Los comprimidos se toman enteros con un vaso de agua y con el estómago lleno.

Si te olvidas una dosis, tómala en cuanto puedas a no ser que falten 4 horas o menos para la siguiente toma. No dupliques la dosis para compensar la olvidada.

Los comprimidos son de 0,5 mg (color blanco) y de 1 mg (color azul).

Esta es la pauta:



Imagen modificada cedida por laboratorios Pfizer

**El tratamiento dura 12 semanas** y te lo prescribirán mes a mes, un envase cada vez, de forma que te realizarán un seguimiento.

### Bibliografía

Prospecto Champix®. [https://cima.aemps.es/cima/dochtml/p/106360023/P\\_106360023.html](https://cima.aemps.es/cima/dochtml/p/106360023/P_106360023.html)

Elaborado por: Iñigo Aizpurua, Rosa Añel, Isabel Elizondo, Laura Gancedo, Itxasne Lekue, M.ª José López, Oihana Mora, Carmela Mozo, Corpus Peral, Karmele Pérez, Isabel Porras, Raquel Roca, Juan Uriarte.

**cevime**  
centro vasco de información de medicamentos  
medikamentu informazioko euskal zentzua

Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia  
Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco



### Tu profesional sanitario valorará si puedes tomarlo en caso de...

Ser menor de 18 años, estar embarazada o en período de lactancia, ser epiléptico, haber sufrido convulsiones, tener problemas renales, cardiovasculares o antecedentes de problemas psiquiátricos.



### Deja de tomarlo y consulta a tu profesional sanitario si aparecen...

Crisis epilépticas. Síntomas de infarto o ictus. Alteraciones del comportamiento, ideas de suicidio o síntomas depresivos. Hinchazón de la cara, lengua y labios. Erupción cutánea.



### Puedes necesitar ajustar la dosis si notas...

Náuseas, dolor de cabeza, nasofaringitis. Alteraciones del sueño. Cualquier otro síntoma de nueva aparición.

**Consúltalo.**



### Recuerda...

Este medicamento puede producir mareos y somnolencia afectando a tu capacidad para conducir o manejar maquinaria compleja. También es importante informar al profesional sanitario del resto de tratamientos que estás tomando, incluidos complementos alimenticios y plantas medicinales.



**Además...** puedes beneficiarte de la financiación del fármaco si eres mayor de 18 años y...

Estás dentro de un programa de apoyo al tratamiento del tabaquismo (individual o grupal). Fumas 10 o más cigarrillos al día. Tienes determinado nivel de dependencia (lo medirá tu profesional sanitario).

Al igual que con otros medicamentos, abonarás la cuantía que te corresponde. **Se financia un intento anual.**