

Mitt Rökstopp

nicorette®

Plåster

Ett diskret sätt att dämpa röksuget på.

Passar dig som vill ha en jämn och konstant nikotintillförsel.



Använd 1 NICORETTE® plåster per dag. Vilken styrka på plåstret som du behöver beror på hur högt nikotinberoende du har. Se tabellen längst ner i planen för att hitta den styrka du behöver.

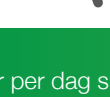
Här hittar du  din plan:

Vecka 1 – 8

Hur många?



Använd 1 NICORETTE® plåster per dag.



Vilken styrka?

Om du röker mer än 20 cigaretter per dag ska du börja behandlingen med 25 mg plåster. Om du röker mindre än 20 cigaretter per dag ska du börja behandlingen med 15 mg plåster.

Sätt på plåstret när du vaknar och ta av det innan du lägger dig.



Vecka 9 – 10

Vad?



NICORETTE® Plåster

Vilken styrka?

Minska styrkan på plåstret

Du ska nu använda en lägre styrka. Om du började behandlingen med ett 25 mg plåster, bör du trappa ner till ett 15 mg plåster. Om du började behandlingen med ett 15 mg plåster bör du trappa ner till ett 10 mg plåster.



Vecka 11 – 12

Vad?



NICORETTE® Plåster

Vilken styrka?

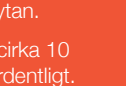
Minska styrkan på plåstret

Du ska nu använda en lägre styrka. Om du började behandlingen med ett 25 mg plåster, bör du trappa ner till 10 mg plåster. Om du började behandlingen med ett 15 mg plåster bör du fortsätta med 10 mg plåster.



Sluta använd NICORETTE® plåster efter 12 veckor

Använd inte NICORETTE® plåster i mer än 6 månader.



Hur Plåstret ska användas

1. Klipp upp foliepåsen längs ena sidan.
2. Ta först bort ena hälften av skyddsplasten, och placera plåstret på huden. Ta sedan bort den andra delen, och placera resten av plåstret på huden. Undvik att röra den klistriga ytan.
3. Pressa plåstret mot huden i cirka 10 sekunder så att den fäster ordentligt.
4. Tvätta händerna för att undvika att få nikotin i exempelvis ansiktet.
5. Ta av plåstret efter cirka 16 timmar, innan du går och lägger dig.



Plåster



Vilken styrka ska jag börja med?

15 mg /16 timmar

För dig som röker 20 cigaretter eller mindre

25 mg /16 timmar

För dig som röker 20 cigaretter eller mer

Mitt Rökstopp med NICORETTE® är endast ett förslag. Vilken mängd nikotinläkemedel som behövs är individuellt och beror på dina tidigare rökvanor.

Mitt Rökstopp

nicorette®
Gör något fantastiskt

NICORETTE® (nikotin) depotplåster. Läkemedel vid rökavvänjning. Från 18 år. Läs alltid bipacksedeln, särskilt vid sjukdom eller graviditet. © McNeil Sweden AB, Box 4007, 169 04 Solna, 2018.

SE/NI/18-2025