

Mitt Rökstopp

nicorette

Munspray

Lindrar
snabbt
ditt
röksug



NICORETTE® Munspray börjar minska röksuget efter bara 30 sekunder*

* Vid 2 sprayningar.

Här hittar du  din plan:

Vecka 1-6

Vad?



1-2
sprayningar av
NICORETTE®
Munspray.

Hur ofta?

Var 30:e minut - 1 gång/timme

Varje gång du känner röksug eller då du i vanliga fall skulle ta en cigarett.

* Maximal dos är 4 sprayningar/timme och högst 64 sprayningar/dygn.



Vecka 7-9

Vad?



1-2
sprayningar av
NICORETTE®
Munspray.

Hur ofta?

Varje 1-2 timmar

Börja gradvis att minska antalet sprayningar.

I slutet av vecka 9 bör du ha halverat dosen i förhållande till den som du började med.



Vecka 10-12

Vad?



1-2
sprayningar av
NICORETTE®
Munspray.

Hur ofta?

Var 4:e-6:e timme

Fortsätt att minska antalet sprayningar.

I slutet av vecka 12 bör du ta högst 4 sprayningar per dag.



När du är nere på
2-4 sprayningar per dag
ska du sluta använda
NICORETTE® Munspray helt.



För att förbli rökfri efter 12 veckor kan du fortsättningsvis behöva använda **NICORETTE®** Munspray i plötsliga situationer då du får ett starkt röksug.

NICORETTE® Munspray bör inte användas regelbundet i mer än 6 månader. Om du inte har lyckats sluta röka efter 6 månader, vänd dig till hälso och sjukvårdspersonal.

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

Mitt Rökstopp

nicorette

tillsammans gör vi något fantastiskt

NICORETTE® (nikotin) Pepparmint munhålespray. Läkemedel vid rökavvänjning. 2 sprayningar minskar rökbegäret efter 30 sekunder. Från 18 år. Läs alltid bipacksedeln, särskilt vid sjukdom eller graviditet. © McNeil Sweden AB, Box 4007, 169 04 Salna, 2021. SE-NI-2100020