

Jaký je první týden bez cigarety?

Myslíme si, že přestat s kouřením je jedna z nejúžasnějších věcí, jaké ve svém životě můžete udělat, ale současně víme, že patří mezi ty nejtěžší. NICORETTE® vás provede rozhodujícím prvním týdnem a pomůže vám přestat s kouřením navždy.



Jak to funguje?

Odvykání kouření pouze s pomocí vlastní vůle může být mimořádně náročné, protože musíte překonávat fyzické abstinenční příznaky současně s potlačováním návyku.

Díky rychlému nástupu účinku orálního spreje NICORETTE® Spray můžete aktivně kontrolovat chuť na cigaretu a abstinenční příznaky.



TÝDEN 1-6 >>>>>>>> TÝDEN 7-9 >>>>>>>> TÝDEN 10-12

	TÝDEN 1-6	TÝDEN 7-9	TÝDEN 10-12
KDY?	Pokaždé, když pocítíte chuť na cigaretu. Většina lidí potřebuje 1-2** dávky každých 30-60 minut.	Začněte snižovat počet denních dávek.	Důsledně snižujte počet denních dávek.
JAK?	Pokud jste vykouřil(a) 15 cigaret denně, měl(a) byste použít 1-2 dávky minimálně 15krát za den.	Na konci 9. týdne byste měl(a) používat <u>poloviční</u> počet průměrných dávek používaných během prvních 6 týdnů.	Jakmile se Vám podaří snížit dávkování na 2-4 dávky denně, měl(a) byste přestat orální sprej používat.



Pokud po 12. týdnu budete pocítovat občasnou chuť na cigaretu, můžete použít NICORETTE® Spray na její překonání a k zabránění návratu k závislosti na cigaretách.
(Zdroj: Souhrn údajů o přípravku (SPC))

** Nepřekračujte 2 dávky najednou a 64 dávek (4 dávky za hodinu po dobu 16 hodin) denně. Nedoporučuje se pravidelná aplikace orálního spreje do ústní dutiny déle než 6 měsíců.