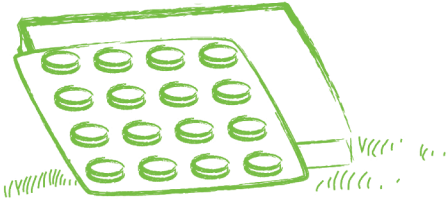


# 니코틴 로젠즈 (Nicotine Lozenges)

## 니코틴 로젠즈(니코틴 사탕)는 무엇인가?

니코틴 로젠즈는 입안에서 녹이며 복용하는 금연 보조약품입니다. 일정량의 니코틴이 구강 점막을 통해 흡수됩니다.



## 시작하기 전에<sup>1</sup>

니코틴 로젠즈를 사용하기 전에 의사와 상의하십시오. 특별히 임신 혹은 수유 중인 경우, 심장질환, 위궤양이 있으면 반드시 의사에게 문의하십시오.

- 로젠즈는 처방전 없이 구입할 수 있음
- 많은 건강 보험의 비용 혜택이 가능함

## 복용량과 사용 스케줄<sup>1</sup>

니코틴 로젠즈는 두 가지 용량이 있습니다:  
2mg & 4mg

- 기상 후 30분 이내에 첫 담배를 피우는 경우 >> 4mg으로 시작
- 기상 후 30분 이후에 첫 담배를 피우는 경우 >> 2mg으로 시작
- 흡연 욕구가 있을 때마다 사용하지 마시고 규칙적인 스케줄대로 사용하십시오. 예:
  - 1주-6주 >> 1-2 시간마다 복용
  - 7주-9주 >> 2-4 시간마다 복용
  - 10주-12주 >> 4-8 시간마다 복용

## 적절한 사용 요령<sup>1</sup>

- 로젠즈가 입안에 있거나, 복용하기 15분 전에는 음식을 먹거나 음료수를 마시지 마십시오.
- 로젠즈 한 개를 입안에 넣고 천천히 녹도록 기다리십시오.
  - 입안에서 좌우로 위치 바꾸기
  - 20-30분 동안 지속하기
  - 입안이 얼얼하거나 따듯해질 수 있음
- 로젠즈를 씹거나 삼키지 마십시오.
- 로젠즈를 6시간 동안 5개 이상, 또는 하루에 20개 이상 사용하지 마십시오.

## 부작용<sup>2</sup>

일반적인 부작용은 다음과 같습니다:

- 불면증
- 메스꺼움
- 딸꾹질
- 기침
- 속 쓰림
- 두통
- 게스

금연 보조약품은 금연을 도와주는 도구일 뿐입니다. 금연을 향해 노력하는 자신에게 칭찬을 아끼지 마십시오!

**ASQ 한인금연센터 1-800-556-5564로  
전화하여 무료 금연 서비스를 받으세요!**

1. USFDA (2013). Nicorette lozenge label.  
2. American Academy of Family Physicians. (2016). Pharmacologic Product Guide: FDA-Approved Medications for Smoking Cessation.