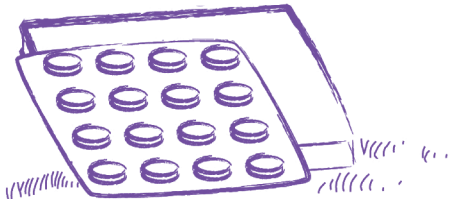


# 尼古丁口含片

## 尼古丁口含片是什么？

尼古丁口含片是一种含在嘴里慢慢溶化的戒烟药物。它通过口腔壁把尼古丁输入身体内。



## 使用须知<sup>1</sup>

使用尼古丁口含片前先咨询您的医生，特别是正在怀孕或哺乳的妇女、有心脏问题或胃溃疡。

- 尼古丁口含片可以在药房柜台购买，无需处方
- 很多健保计划会支付费用

## 剂量及时间表<sup>1</sup>

尼古丁口含片有两种剂量：2 毫克及 4 毫克

- 如果你起床 30 分钟内抽烟，先使用 4 毫克。
- 如果你起床 30 分钟后才抽烟，使用 2 毫克。
- 请按照时间表使用，不要在有烟瘾的时候才用。

下面是一些例子：

- 第 1 至 6 周，每 1 至 2 小时 1 粒
- 第 7 至 9 周，每 2 至 4 小时 1 粒
- 第 10 至 12 周，每 4 至 8 小时 1 粒

## 使用小技巧<sup>1</sup>

- 使用口含片前 15 分钟或正在使用时，切勿饮食。
- 放一粒口含片在嘴里，让它慢慢溶化。
  - 不时地把它在嘴里移动
  - 一粒含大概 20~30 分钟
  - 您的嘴巴可能会感觉轻微刺痛或发热
- 不要咀嚼或吞下口含片
- 6 小时内不可使用超过 5 粒口含片，一天内不可超过 20 粒。

## 副作用<sup>2</sup>

当您使用口含片时，您可能会：

- 睡眠不安
- 恶心
- 打嗝
- 咳嗽
- 胃灼热
- 头疼
- 胃气胀

戒烟辅助药物只是一件工具，功劳归于您自己不断的努力！

致电 ASQ《华语戒烟专线》

获取免费戒烟帮助！

1-800-838-8917

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