

尼古丁贴片

使用方法

1. 当你开始戒烟时就可以开始使用尼古丁贴片。请你每天早上按照以下步骤贴片：
 - A. 打开包装，把贴片撕下来，扔掉包装。
 - B. 把贴片贴在干净、干燥、没有毛发的上半身（脖子和臀部之间的任何身体部位），以保证贴片被充分吸收。
 - C. 把贴片有黏性的一面贴在皮肤上，**按压 10 秒钟左右**。
2. 贴完贴片后，请用肥皂洗手，这样可以避免手上的尼古丁进入眼睛或鼻子。
3. 贴片可以贴在皮肤上 24 小时。如果你因为使用尼古丁贴片而出现睡眠问题，可以在睡前把贴片取下来扔掉。
4. 如果贴片从皮肤上脱落下来，请扔掉旧贴片，将一片新的贴片换一个身体部位贴上。
5. 每天早上摘掉旧贴片，换上一片新贴片。**每次只能使用一片贴片**。
6. 请在身体不同部位轮换地贴贴片，因为经常在一个部位使用贴片，可能会皮肤过敏。
7. 使用贴片时，你可以洗澡或者游泳。



注意事项

- 不要把贴片撕成一半或小块使用，破损的贴片会失效。
- 不要把贴片贴在头、脸、脖子上，因为可能会引起这些部位的皮肤发红。
- 不要把贴片贴在心脏的位置。
- 不要同时使用两个或多个贴片。
- 在使用贴片时，不要吸烟。
- 怀孕或者哺乳期，请先咨询医生能否使用尼古丁贴片。

副作用

- 你可能会感觉贴片部位的皮肤有刺激，例如：轻微的刺痛感、灼烧感、发痒。你可能会出现头痛、失眠、异梦、肠胃不适、肌肉或关节疼痛、咳嗽增加、疲劳、便秘。
- 刚开始戒烟时，出现易怒、焦虑、情绪低落、入睡困难是常见现象。
- 如果你出现以下任何情况，请停止使用贴片，并且咨询医生。
 - 恶心、呕吐、腹泻、异常疼痛、虚弱、多汗、眩晕、严重头晕、精神混乱、听觉或视觉异常、脉搏过快或异常、胸痛、呼吸异常。
 - 摘掉尼古丁贴片后，持续 4 天或 4 天以上贴片位置出现严重皮疹、红肿。

尼古丁口含片

使用方法

1. 把口含片放入口中。
2. 让它慢慢分解，一般需要 20-30 分钟左右彻底溶解。
3. 把含片偶尔从口中一侧移到另一侧，直到彻底溶解。



注意事项

- 使用口含片之前的 15 分钟内，不要吃或喝东西。
- 口含片在你嘴里的时候，不要吃或喝东西。
- 不要咀嚼或咽下口含片。
- 不要在 6 小时内使用超过 5 个口含片。
- 不要在每天使用超过 20 个口含片。
- 使用口含片时，你的嘴里可能会有略微发热或者刺痛的感觉。
- 如果出现以下任何情况，请停止使用尼古丁口含片，并且咨询医生。
 - 口腔问题
 - 反复的消化不良或严重的咽喉痛
 - 心跳不规则或心悸
 - 尼古丁过量的症状，比如：恶心、呕吐、眩晕、腹泻、虚弱、心跳过速
 - 过敏症状，比如：呼吸困难、皮疹