

尼古丁含片说明

尼古丁含片为您的身体提供尼古丁。它们可作为临时辅助工具，通过减少尼古丁戒断症状（包括对尼古丁的渴望）来帮助您戒烟。尼古丁含片可以在您突然有吸烟欲望的情况下提供帮助。使用尼古丁含片之前，请先阅读以下所有说明。经常参考说明以确保您正确使用尼古丁含片。



通用说明

1. 在服用含片时，请勿吸烟。这可能会使您感到些微头晕和恶心，所以最好不要一同使用。
2. 大多数每天吸烟的人都应从4mg尼古丁含片开始。每天至少含服9片。
3. 服用含片时，避免进食和饮水。
4. 服用含片时，请勿喝碳酸饮料，咖啡或果汁。
5. 将含片放入嘴中，让其慢慢溶解。尽量少吞咽。
6. 时不时地用舌头将含片从嘴的一侧移到嘴的另一侧，直到完全溶解为止。这大约需要20到30分钟。
7. **不要咀嚼或咽下含片。**
8. 如果您在尝试戒烟时"不慎失控"并重新开始吸烟，在大多数情况下，您还是可以安全地继续服用含片。
9. 可以按以下时间表定期服用尼古丁含片，但这是一般指导原则。您可能要服用更长的时间。
 - 1-6周：每一至两个小时服用一片含片（每天至少服用6片含片，以增加戒烟的机会）
 - 7-9周：每两到四小时服用一片
 - 9-12周：每四到八小时服用一片

请勿...

- 一次服用超过一片含片。
- 每日服用超过20片含片。
- 含服含片时，进食或饮水。

