

禁煙補助剤

# ニコレット®

禁煙時のイライラ・集中困難などに

第2類医薬品

4種類のフレーバーからお選びいただけます (効能効果に違いはありません)



ニコレット®

ニコチンの  
ビリビリ感  
がある。甘くない  
ペーシッ  
クタイプ。



ニコレット®  
ゲールミント

甘みのある  
ミント味。



ニコレット®  
アイスミント

清涼感のある  
ミント味。



ニコレット®  
フルーティミント

甘くフルーティ  
なミント味。

## 禁煙中に吸いたい気持ち<sup>(※1)</sup> が起こるのは

1

### 身体的依存

習慣的に喫煙すると、ニコチン依存といふ一種の薬物依存症になると考えられます。ニコチンは脳に働いて快感をもたらしますが、ニコチンが体内から消失すると、イライラ・集中困難・落ち着かないなどの症状が起こります。



2

### 精神的依存

一般的に人は毎日の習慣に依存しているといわれています。生活習慣でタバコを吸っていた時<sup>(※2)</sup>、吸いたい気持ち<sup>(※1)</sup>が起こります。

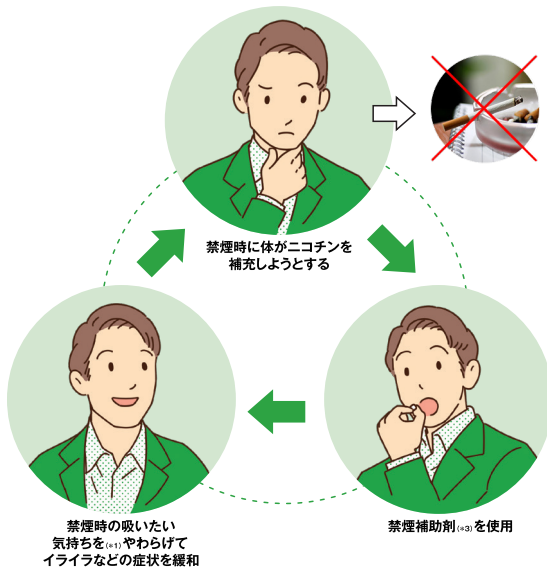
※1 禁煙時のイライラ・集中困難・落ち着かないなどの症状から生じるタバコを吸いたい気持ちを指します。

※2 寝覚めの一服、仕事の一区切りに、乗り物に乗る前などに。

※3 医薬品有効成分としてニコチンを含有しています。

## ニコチン置換療法の 仕組み

徐々に禁煙補助剤の使用量を減らし、  
最終的に禁煙を達成します。



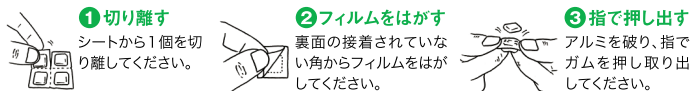
# ニコレット®の使い方

## ① シートから取り出し、口に入れる

タバコを吸いたいと思ったとき、ニコレット®をシートから取り出し、口に入れてください。



### 取り出し方



※ニコレット®はお子様が間違ってもかまないよう、簡単に開けられないチャイルドプルーフパッケージ(フィルムとアルミの多層シート)になっています。

## ② ゆっくりかむ

ピリツとした味を感じるまで、ゆっくりとかみます(15回程度)。

かみはじめのときは、味が強く感じることがありますので、なめたり、かむ回数を減らすなどしてください。

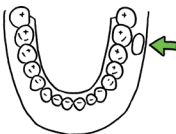
15回



## ③ ほほと歯ぐきの間に置く

ほほと歯ぐきの間にしばらく置きます(味がなくなるまで約1分以上)。

このとき、口の粘膜からニコチンが吸収されます。

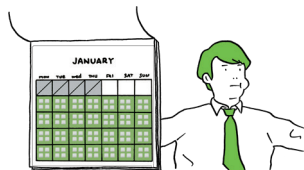


## ④ ②~③を約30~60分繰り返す

かむ~置くを約30~60分繰り返します。



## ⑤ 紙などに包んで捨てる



禁煙前の1日の喫煙本数	開始時の使用目安
20本以下	4~6個/日
21~30本	6~9個/日
31本以上	9~12個/日

禁煙開始から1ヵ月程度は、ももとの喫煙本数に合った必要数(上限:24個/日)を使用し、その後1週間ごとに1日の使用数を1~2個ずつ減らします。禁煙前の1日の喫煙本数が少ない人で約2ヵ月、多い人でも3ヵ月をめどにニコレット®の使用をゼロにし、禁煙を達成できるプログラムです。



### ポイント: 焦らず、まずは十分な量を使用しましょう

イライラなどの離脱症状に特に悩まされるのは、禁煙開始から約1~2週間です。ニコレット®を十分量使用し、初めから無理に減らそうとしない方が効果的です。



ニコレット®は、薬剤師、登録販売者に相談のうえ、「使用上の注意」をよく読んでお使いください。

### 製造販売元

JNTLコンシューマーヘルス株式会社  
〒150-0012 東京都渋谷区広尾1丁目1番39号

NG(C)20-1  
2-1-6750

禁煙について、製品についての詳しい情報・ご相談はこちらへお願いします。  
禁煙のご相談、製品に関するお問い合わせ

フリーダイヤル **0120-101110**

受付時間 / 9:00~17:00(土・日・祝日を除く)

ニコレット  検索



ODHI(JJ-TO)1