

RÉDUIRE POUR ARRÊTER® avec une date d'abandon ciblée

<p>1 COMMENCEZ LA TRN 2 à 4 semaines avant la date d'abandon</p> <p>Utilisez une TRN à action rapide (comme la gomme ou la pastille) pour remplacer les cigarettes éliminées et soulager les envies de fumer</p> <p>Établissez l'objectif de réduire d'au moins 50 % le nombre de cigarettes fumées par jour d'ici la date d'abandon ciblée</p>	<p>2 CESSEZ DE FUMER à la date d'abandon ciblée, suivez la posologie et ajustez la dose au besoin (voir ci-dessous)</p>	<p>3 PROLONGEZ LA DURÉE D'EMPLOI DE LA TRN aussi longtemps que nécessaire pour prévenir la rechute</p>
---	---	--

SEMAINES	1 à 3	4 à 6	7 et 8	9 et 10	10 et +
Timbre NICODERM®¶	21 mg*	21 mg*	14 mg	7 mg	Pas de timbre
ET					
Gomme NICORETTE®†	10 à 20 morceaux/jour	8 à 15 morceaux/jour	4 à 10 morceaux/jour	2 à 5 morceaux/jour	1 morceau si l'envie de fumer revient
ou					
NICORETTE® VapoÉclair®	1 ou 2 vaporisations toutes les 30 minutes	1 ou 2 vaporisations toutes les 30 minutes	Réduire de moitié le nombre de vaporisations par jour	2 à 4 vaporisations/jour	1 vaporisation si l'envie de fumer revient
ou					
Pastille NICORETTE®‡	8 à 15 pastilles/jour	8 à 15 pastilles/jour	4 à 8 pastilles/jour	2 à 4 pastilles/jour	1 ou 2 pastilles/jour si l'envie de fumer revient
ou					
Inhalateur NICORETTE®§	1 cartouche toutes les 1 à 2 heures ou au besoin Min. = 6 cartouches Max. = 12 cartouches	1 cartouche toutes les 1 à 2 heures ou au besoin Min. = 6 cartouches Max. = 12 cartouches	1 cartouche toutes les 1 à 2 heures ou au besoin Min. = 6 cartouches Max. = 12 cartouches	1 cartouche toutes les 1 à 2 heures ou au besoin Min. = 6 cartouches Max. = 12 cartouches	1 cartouche toutes les 1 à 2 heures ou au besoin Min. = 6 cartouches Max. = 12 cartouches Après la semaine 12, réduire graduellement le nombre de cartouches

¶ Pour une personne qui fume 10 cigarettes ou plus par jour.

* Si la personne pèse moins de 45 kg (100 lb), ou si elle a une maladie cardiovasculaire et que son médecin lui a recommandé NICODERM®, elle doit commencer par l'étape 2.

† Si la personne fume plus de 25 cigarettes par jour, elle doit utiliser la gomme à 4 mg. Si elle fume 25 cigarettes ou moins par jour, elle doit utiliser la gomme à 2 mg.

‡ Si la personne fume plus de 25 cigarettes par jour, elle doit utiliser la pastille à 4 mg. Si elle fume 25 cigarettes ou moins par jour, elle doit utiliser la pastille à 2 mg.

§ 1 cartouche = 20 minutes de bouffées.

DOSES MAXIMALES : N'utilisez pas plus de 1 timbre par jour, 2 vaporisations à la fois/4 vaporisations par heure/ 64 vaporisations par jour, 20 morceaux de gomme, 15 pastilles ou 12 cartouches par jour. Lisez tous les détails dans les notices d'emballage respectives.