



SONNENBERG-APOTHEKE

Die ersten Schritte auf dem Weg zum Nichtraucher mit dem

Niquitin-Quit-System

Die Nikotin-Ersatztherapie wurde schon vor längerer Zeit entwickelt, um das körperliche Verlangen nach einer Zigarette zu unterdrücken. Besondere Verbreitung haben neben Nikotinkaugummi, Nikotin-Nasensprays oder Kräutertzigaretten insbesondere die Nikotinpflaster gefunden.

Solche Pflaster geben innerhalb von 24 Stunden eine bestimmte Menge Nikotin ab, welches über die Haut in den Blutkreislauf gelangt.

Auf diesem Weg lindern Nikotinpflaster den Appetit nach einer Zigarette - z. B. auch am Morgen, wenn das Verlangen meist am stärksten ist.

Jeden Tag muß ein neues Pflaster auf die Haut geklebt werden.

Nikotinpflaster werden in einer Kur von zumeist zehn Wochen Dauer angewendet. Die zugeführte Dosis wird schrittweise bis zum völligen Ausschleichen gesenkt. Mit welcher Dosis die Kur begonnen wird, richtet sich nach den individuellen Rauchgewohnheiten.

Die Pflaster schaden Ihrer Gesundheit nicht, denn die eigentliche Gefahr geht beim Zigarettenrauchen nicht vom Nikotin, sondern von den ca. 8000 enthaltenen, z.T. hochtoxischen, krebserregenden Stoffen aus, die bei jedem Zug inhaliert werden.

Das Besondere am Niquitin-Quit-System ist, daß Sie zusätzlich zum Pflaster eine Unterstützung in Form Ihres persönlichen Plans zum Aufhören erhalten.

Beim Kauf der ersten Packung Niquitin erhalten Sie den Leitfaden

Auf dem Weg zum Nichtraucher.

Dieser enthält einen Fragebogen zur Ermittlung Ihrer persönlichen Rauchgewohnheiten. Über Ihre Apotheke, das Internet (www.niquitin.de), per Post oder Telefon können Sie diesen an den Hersteller weiterleiten, der dann für Sie Ihren persönlichen Plan zum Aufhören erstellt.

Ob Sie das Rauchen aber dauerhaft aufgeben, hängt insbesondere von Ihrer Entschlossenheit und Ihrem Durchhaltevermögen ab. Setzen Sie auch Ihre Freunde und Bekannten von Ihrem Wunsch, mit dem Rauchen aufzuhören, in Kenntnis und bitte Sie sie um Unterstützung in Ihrem Vorhaben. Niquitin gibt es in drei Stärken: 21, 14 und 7 mg Nikotin pro Pflaster.

Bei einem Zigarettenkonsum von mehr als 10 Zigaretten am Tag, geht man nach folgendem Schema vor:

Stufe 1 21mg 6 Wochen

Stufe 2 14mg 2 Wochen

Stufe 3 7mg 2 Wochen

Eine Packung mit 7 Pflastern kostet, unabhängig von der Stärke, 48,80 DM.

Dies entspricht ungefähr den Kosten für 24 Zigaretten pro Tag.

Wichtig ist, daß während der Zeit der Nikotinersatztherapie nicht geraucht wird.



Sonnenberg-Apotheke Chemnitz

Fürstenstraße 55, 09130 Chemnitz

Tel. 0371 4021 211, Fax: 0371 4021 222

<http://www.sonnenberg-apotheke.de>, Email: Mitarbeiter@Sonnenberg-Apotheke.de