

Enstriksyon pou Inalatè Pastiy yo

Pastiy Nikotin nan mete nan kò ou notikin nan. Li la kòm yon èd tanporè ki pou ede ou kite fimèn li diminye sentòm ki pou retire nikotin yo, ki gen ladan li tou anvi nikotin nan. Pastiy Nikotin nan kapab ede ou nan yon sitiyasyon kote ou gen yon gwo anvi fimèn. Li tout enstriksyon yo ki anba anvan ou itilize pastiy nikotin lan. Toujou konsilte yo pou toujou si ke ou itilize pastiy nikotin jan li ta dwe an.



Enstriksyon Jeneral yo

1. Pa janm eseye fimèn pandan w'ap itilize pastiy lan. Sa ka lakòz ou santi ou yon ti kras tèt vire ak anvi vomi donk lita bon pou evite li.
2. Pi fò nan moun ki k'ap fimèn chak jou yo ap komanse ak pastiy nikotin 4miligram nan. Sèvi ak omwen 9 pastiy pa jou
3. Evite manje ak bwè pandan w'ap itilize pastiy lan.
4. Pa bwè soda, kafe oswa ji fwi lè w ap itilize pastiy lan.
5. Mete pastiy lan nan bouch ou e kite li fonn tou dousman. Eseye vale li si sa pa tan ke nesèsè.
6. De tan zan tan, sèvi ak lang ou pou avanse pastiy nan yon bò nan bouch pou li ale nan lòt bò a nan bouch ou jiskaske li vin fonn nèt. Sa ka pran nan 20 a 30 minit yo.
7. **Pa moulen oswa vale pastiy lan.**
8. Nan la plipa ka yo ou ka itilize pastiy nan an tout sekirite si ou “chite” e fimèn pandan ou vle kite.
9. Pastiy nikotin lan kapab itilize regilyèman selon yon orè men se yon gid jeneral e ou ka vle itilize li pi lontan ke sa:
 - Semèn yo 1-6: Itilize yon pastiy chak inè de zè yo (omwen 9 pyès chak jou pou ogmante chans pou kite fimèn)
 - Semèn yo 7-9: Itilize yon pastiy chak de zè katrè yo
 - Semèn yo 9-12: Itilize yon pastiy chak katrè uitè yo

Piga...

- Itilize plis ke yon pastiy alafwa.
- Itilize plis ke 20 pastiy nan yon jounen.
- Manje ak bwè pandan pastiy lan nan bouch ou.