

**Wann wird der Nikotinkaugummi empfohlen?**

Der Nikotinkaugummi wird jenen Raucherinnen und Rauchern empfohlen, die nikotinabhängig sind, die hoch motiviert sind aufzuhören und einen Plan für ihren Rauchstopp haben.

**Wie wirkt der Nikotinkaugummi?**

Der Nikotinkaugummi verdoppelt ungefähr die Erfolgschancen der motivierten Aufhörwilligen. Der Nikotinkaugummi ersetzt teilweise (30–60 %) das Nikotin, das beim Rauchen aufgenommen würde und lindert die Entzugssymptome: den unwiderstehlichen Drang zu rauchen, Reizbarkeit, Konzentrationsmangel, Schlaflosigkeit, Müdigkeit, Kopfschmerzen, Depression.

**In welcher Dosierung sollte der Nikotinkaugummi angewendet werden?**

Bitte Sie den Arzt, das Produkt, die verschriebene Dosis und die Einnahmedauer zu notieren.

Name (Aroma) des Kaugummi	Dosierung (täglich und stündlich)	von	bis

**Wie wird der Nikotinkaugummi angewendet?**

- Verwenden Sie den Nikotinkaugummi ab dem 1. Tag Ihres Rauchstopps.
- **Kauen Sie den Kaugummi mit folgender Technik:**
  - 10 bis 15 Sekunden langsam kauen, bis ein irritierender Geschmack auftritt.
  - Deponieren zwischen Wange und Zahnfleisch bis der Geschmack verschwindet.
  - Erneut 10 bis 15 Sekunden langsam kauen, bis der irritierende Geschmack auftritt.
  - Diesen Wechsel während 20–30 Minuten weiterführen, dann Kaugummi entsorgen.
- Nehmen Sie den Kaugummi gemäss dem Verschreibungsplan und bei starkem Verlangen nach einer Zigarette.
- Verzichten Sie eine Viertelstunde vor und während des Kauens auf säurehaltigen Getränke wie Kaffee, Fruchtsäfte und Limonade, um die Nikotinabsorption nicht zu verringern.
- Wechseln Sie das Aroma, wenn Ihnen der gewählte Kaugummi nicht passt.

**Welches sind die Nebenwirkungen des Nikotinkaugummi?**

Die häufigsten Nebenwirkungen des Nikotinkaugummi sind: Irritationen der Mundschleimhaut, Kieferschmerzen, Schluckauf, Magenbrennen und Übelkeit. Diese Nebenwirkungen sind meist geringfügig und führen nur selten zum Abbruch der Behandlung. Eine korrekte Kautchnik (s. oben) verhindert oder reduziert beträchtlich diese Nebenwirkungen. Werden sie doch allzu lästig, besprechen Sie dies bitte mit Ihrem Arzt.

**Was ist vor der Anwendung des Nikotinkaugummi zu beachten?**

Es gibt hier keine Kontraindikation. Im Falle eines kürzlichen Herzinfarktes, einer schweren Angina Pectoris, von Herzrhythmusstörungen, in der Schwangerschaft oder der Stillzeit wird der Arzt sorgfältig die Vor- und Nachteile des Nikotinkaugummi abwägen. Wenn Probleme auftreten mit den Mundschleimhäuten, den Zähnen, dem Magen oder der Speiseröhre, ist eine andere Form des Nikotinersatzes vorzuziehen.

**Kann der Nikotinkaugummi zusammen mit dem Nikotindepotpflaster verwendet werden?**

Ja, der Nikotinkaugummi kann als Reserve ergänzend zum Nikotindepotpflaster eingesetzt werden. Diese Kombination erhöht die Erfolgschancen des Rauchstopps. Fragen Sie Ihren Arzt, der Sie zur Dosierung und der Einnahmedauer beraten kann.

**Welche Verkaufsformen des Nikotinkaugummi gibt es?**

Nicorette Original-Aroma Kaudepot 2 mg	30 oder 105 Stück
Nicorette Freshfruit® Kaudepot 2 mg	30 oder 105 oder 210 Stück
Nicorette Polar Mint® Kaudepot 2 mg	30 oder 105 oder 210 Stück
Nicotinell Classic 2 mg Kaugummi	24 oder 96 Stück
Nicotinell gum fruit® 2 mg Kaugummi	24 oder 96 oder 204 Stück
Nicotinell gum cool mint® 2 mg Kaugummi	24 oder 96 oder 204 Stück
Nicorette Original Kaudepot 4 mg	30 oder 105 Stück
Nicorette Freshfruit® Kaudepot 4 mg	30 oder 105 Stück
Nicorette Polar Mint® Kaudepot 4 mg	30 oder 105 Stück
Nicotinell gum fruit® 4 mg Kaugummi	24 oder 96 Stück
Nicotinell gum cool mint® 4 mg Kaugummi	24 oder 96 Stück

Sämtliche Formen des Nikotinkaugummi sind im freien Verkauf, ohne Verschreibung, erhältlich. Die Kosten des Pflasters werden von der Grundversicherung nicht zurückerstattet.