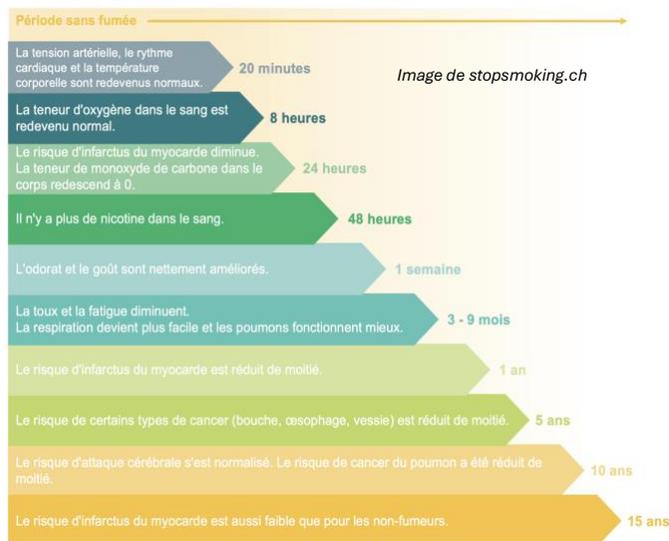


## Recommandations pour une utilisation sécurisée des **patchs de nicotine**.



### Pourquoi des patchs de nicotine?

- Fumer du tabac est nocif.
- En arrêtant de fumer, vous améliorez votre santé.



- Les patchs à la nicotine sont efficaces pour arrêter de fumer.
- Ils doublent vos chances de réussir à arrêter de fumer.

### Application

- Fixez-vous une date pour arrêter de fumer des cigarettes de tabac.

#### Plus de 20 cigarettes par jour:

- 1. mois: 21mg/24h
- 2. mois: 14mg/24h
- 3. mois: 7mg/24

#### Moins de 20 cigarettes par jour:

- 1. mois: 14mg/24h
- 2. mois: 14mg/24h
- 3. mois: 7mg/24h

- Appliquer le patch sur une zone de peau saine, glabre, sèche et propre.
- Le patch reste sur la peau pendant 24 heures.
- Utiliser une autre zone de la peau le jour suivant (la même zone après 7 jours au plus tôt).

## Modes d'emploi

- Rangez les patchs à la nicotine hors de portée des **enfants et des adolescents**
- Si vous oubliez de changer le patch, faites-le dès que possible et appliquez le patch suivant à l'heure habituelle. Ne pas couper les patchs.
- Ne pas appliquer plus d'un patch à la fois

## Effets indésirables

- Les effets indésirables potentiels sont nausées, vomissements, maux de tête, vertiges, réactions cutanées.

- Si vous ressentez des effets indésirables, arrêtez l'utilisation.
- En cas d'effets indésirables, contactez l'équipe de l'étude ou votre médecin traitant.
- Si vous rencontrez des problèmes avec le produit, veuillez contacter l'équipe chargée de l'étude.

## Elimination

- Si vous ne souhaitez plus utiliser les patchs, vous pouvez les retourner à la pharmacie ou au centre d'étude.

### Offre de soutien:

[www.stop-tabac.ch](http://www.stop-tabac.ch)

Conseil téléphonique pour arrêter de fumer

0848 000 181

### Contact études:

[ChristofManuel.Schoenenberger@usb.ch](mailto:ChristofManuel.Schoenenberger@usb.ch)

**061 265 38 25** (lu-ve 8h-17h)

L'étude RETUNE est menée par des chercheurs de l'hôpital universitaire de Bâle.

