Landstinget i Uppsala län

Nedtrappning

Nedtrappning av _____

Markera antalet du använder under en dag

Antal

40																														
39																														
38																														
37																														
36																														
35																														
34																														
33																														
32																														
31																														
30																														
29																														
28																														
27																														
26																														
25																														
24																														
23																														
22																														
21																														
20																														
19																														
18																														
17																														
16																														
15																														
14																														
13																														
12																														
11																														
10																														
9																														
8																														
7																														
6																														
5																														
4																														
3																														
2																														
1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

Dag

Bilaga till boken, Stödja patienter att sluta röka och snusa. B Holm Ivarsson, A Hjalmarson, M Pantzar. Studentlitteratur 2012