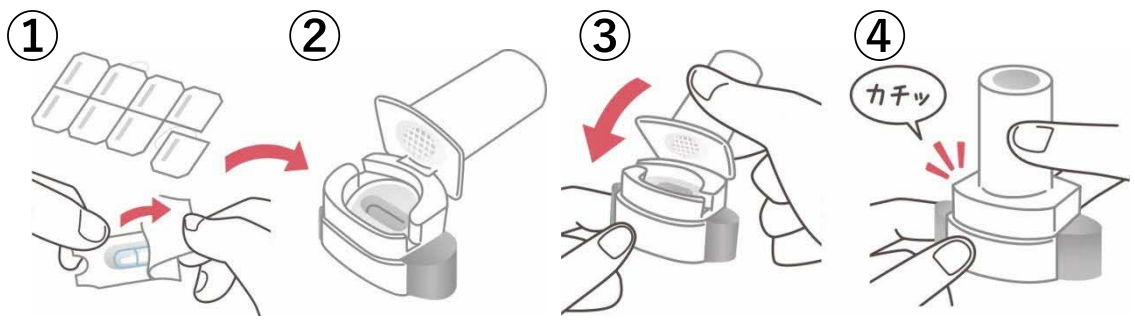
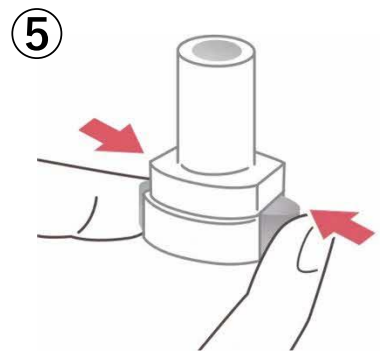
きちんと吸入出来ていますか？

ブリーズヘラー用

吸入準備



①～④吸入器にカプセルを1つだけセットします。



⑤ボタンしっかり押し、離します。

ボタンを押すことでカプセルから薬が出るように穴を開けています

ポイント

マウスピース(吸入口)にカプセルを直接入れ吸入することはできません。

吸入操作

❶吸入する前に必ず息を吐き出します。
❷正面を向いたまま、できるだけ深く吸入します。

※吸入後に咳込む場合がありますが、
カプセルが空に なっていれば薬は吸入できています。

❸息苦しくない程度に息を止め、マウスピースから口を離し、
息を吐き出します。
❹ カプセルが空になっていることを確認し、捨てます。

➤吸入時の注意点

カプセルの回転音が聞こえない場合は、マウスピース（吸入口）を開けて、吸入器の本体を軽くたたき、カプセルの詰まりをゆるめてください。

➤吸入後の確認

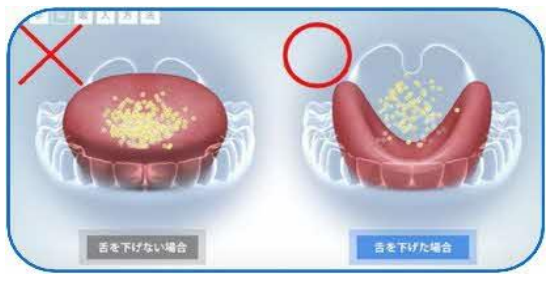
最後に必ずうがい、または口をすすぎましょう。うがいは副作用の予防になります。

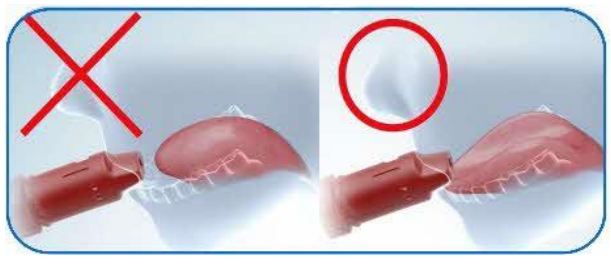
お手入れ

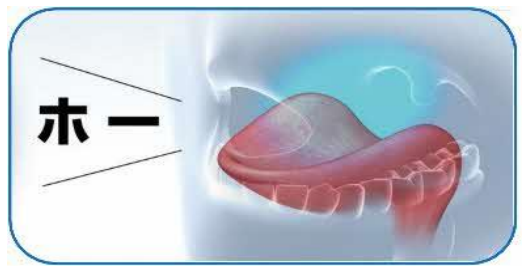
吸入器は週に一度を目安にお手入れをおすすめします。
乾いた清潔な布などで取り 残っている薬（粉末）を取り除きましょう。
水洗いはしないでください。

ホー吸入

吸入薬は気管に入ってから効果が出ます。（口の中で止まっていると効きません）
薬が舌を超えて気管まで届くように「お薬の通り道」を作る方法を練習しましょう。







舌を下げると口の中に空間ができて
「薬の通り道」が広くなります。

舌を下の歯よりも前に出し、頭の中で「ホー」と
思いながら大きく息を吸います。

日本喘息学会
吸入操作ビデオ