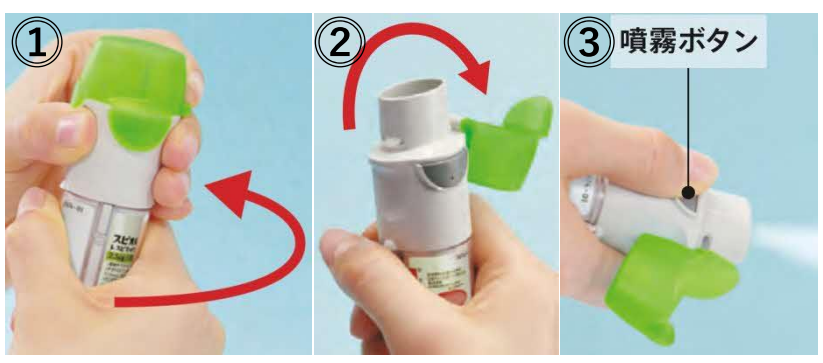
きちんと吸入出来ていますか？

レスピマット用

吸入準備（初回のみ）

《カートリッジセット》
①キャップを閉じた状態で、安全止めを押しながら透明ケースをはずします。
②～③カートリッジをまっすぐ挿入し、透明ケースを装着します。



《テスト噴霧》
①キャップを閉じた状態で上向きに持ち、カチッと音がするまで下部を180度回転させます。
②キャップを開けます。
③下に向け噴霧ボタンを押します。
ミストが見えるまでテスト噴霧を行った後、さらに3回操作を繰り返してください。

ポイント

カートリッジは2～3㎜程度見えている状態で正常に挿入されています。

吸入操作

❶キャップを閉じた状態で上向きに持ち、カチッと音がするまで下部を180度回転させます。
❷キャップを開けます。
❸息を最後まで吐き出し、ゆっくりと息を吸いながら噴霧ボタンを押します。
❹マウスピースを口から外して、苦しくならない程度に息を止めます。
❺ゆっくりと息を吐き出し、使用後はキャップを閉めます。

➤吸入後の注意点

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。

薬剤残量チェック

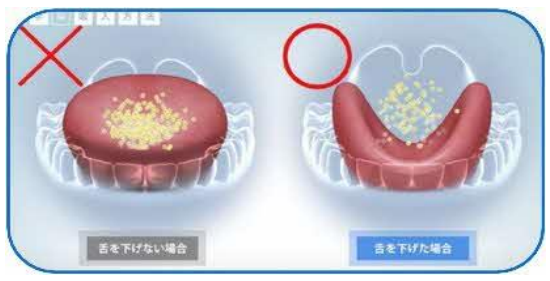
おおよその残り噴霧回数がわかります。目盛りの針が赤い領域に入ったら残りは約7回分（14噴霧）です。

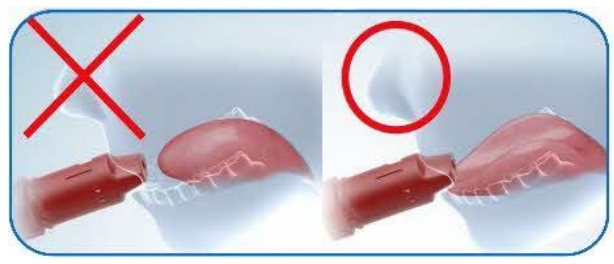
お手入れ

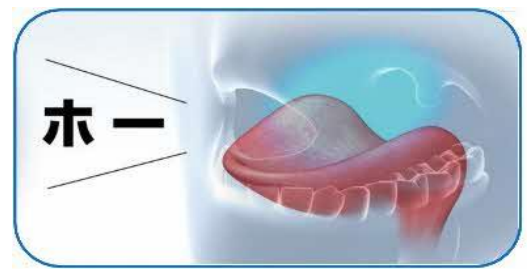
少なくとも週1回はマウスピースとその内側の金属の部分を湿らせた布またはティッシュペーパーで拭いてください。

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