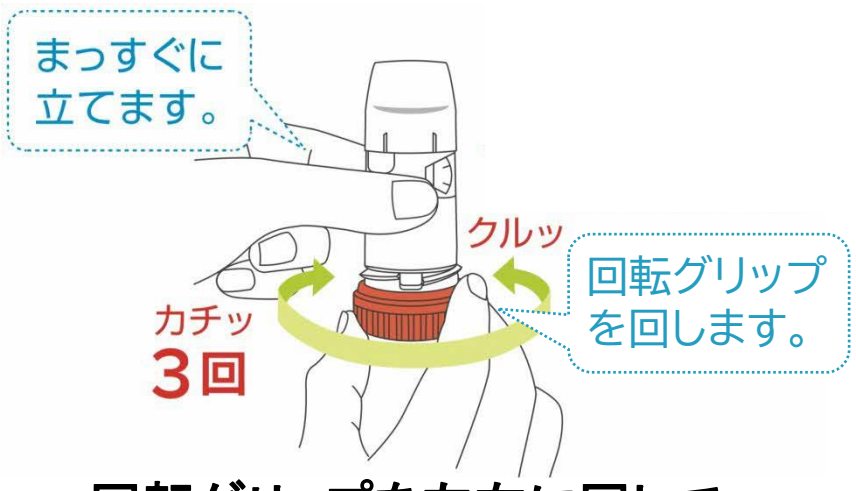
きちんと吸入出来ていますか？

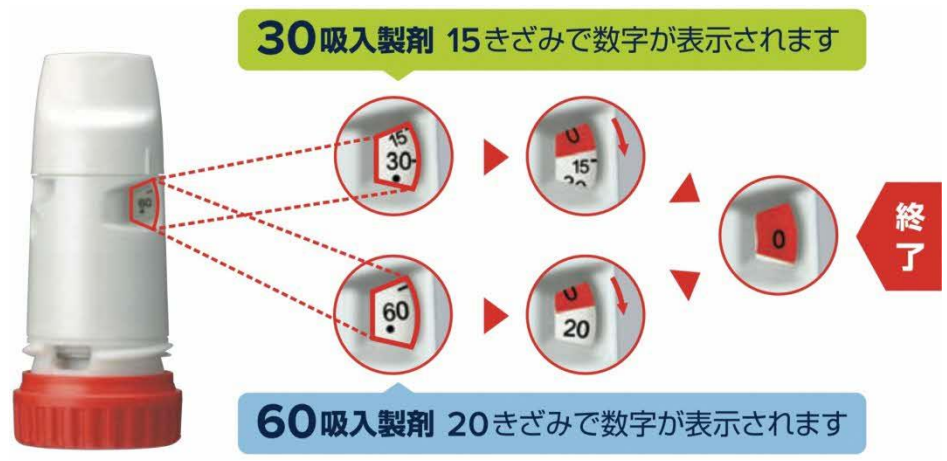
タービュヘイラー用

吸入準備(初回のみ)



回転グリップを左右に回して「カチッ」と3回鳴らします。
※3回目に「カチッ」と鳴らしたところで止めてください。

薬剤残量チェック



赤くなり残量が「0」になったら吸入を止めて新しい吸入器に交換しましょう。

吸入操作

❶回転グリップを右へ「クルッ」と確実に止まるまで回します。

❷回転グリップを左へ「カチッ」と音がするまで戻します。
※「カチッ」の音が吸入できる合図です。

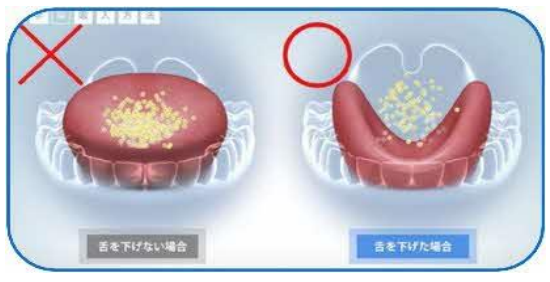
❸息を吐き、マウスピースをくわえ、「スーッ」と深く力強く吸い込みます。
その後マウスピースから離してゆっくり息を吐きます。

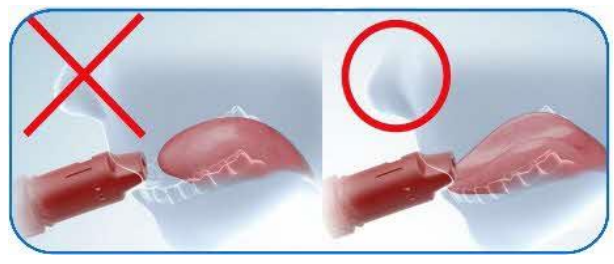
ポイント

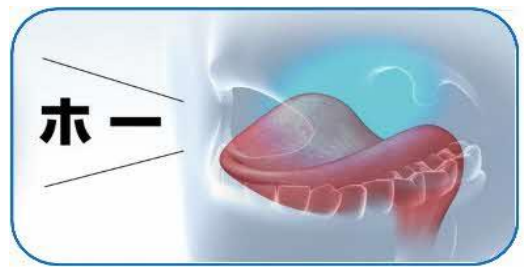
➤吸入後の注意点
最後に必ずうがい、
または口をすすぎましょう。
うがいは副作用の予防になります。

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