きちんと吸入出来ていますか？

ツイストヘラー用

吸入準備

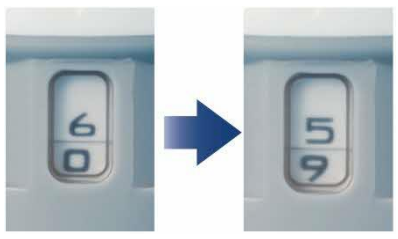
①吸入器をまっすぐ立てて持ちます。
②キャップをカチッと音がするまで左に回します。
③引っ張るようにしてキャップをはずします。
☛キャップをはずすと同時に薬剤が充填されます。

吸入操作

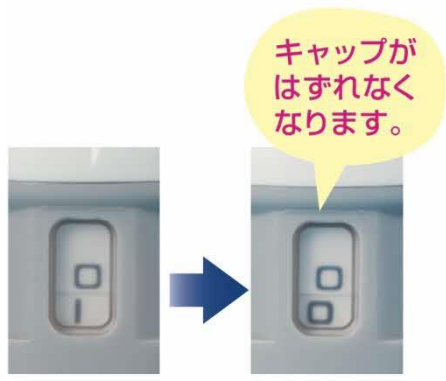
❶吸入前に息を吐き切ってから、
マウスピースを口にくわえます。
❷水平にして唇をしっかり閉じ、**強く、深く、**
息を吸い込みます。
❸吸入後は無理をしない程度に息を止めます。
❹吸入後はキャップをはめ、カチッと音がするまで
押しながら右に180度回します。

1回で2吸入を指示されている場合は1回目吸入後、
1度キャップを閉める→キャップをはずす→薬剤吸入
を繰り返して下さい。

薬剤残量チェック



60 → 59



01 → 00

「カチッ」と音がするごとに数字が減っていきます。
☛カウンターが「00」になるとキャップが
ロックされ外れなくなります。

ポイント

➤吸入前の確認
吸入前にカウンターの
数字を確認しましょう。

匂い、味はほとんどありませんので吸入の感覚がないことがありますが、医師の指示がない限り、余分に吸入しないでください。

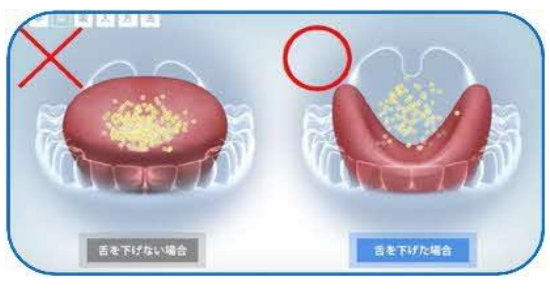
➤吸入後の注意点
最後に必ずうがい、
または口をすすぎましょう。
うがいは副作用の予防になります。

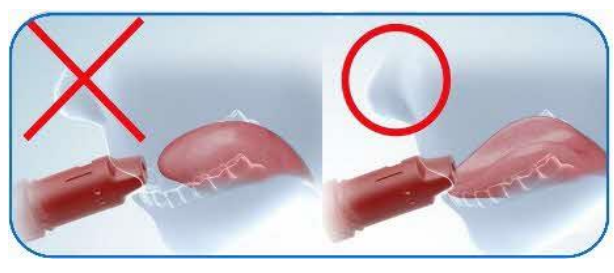
お手入れ

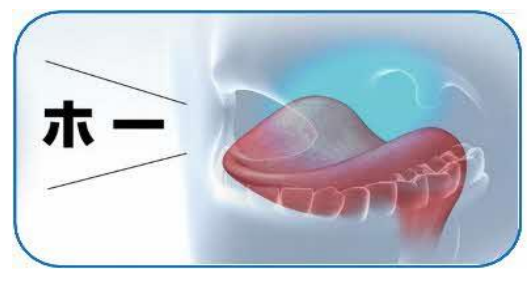
汚れたらマウスピースを乾いた布やティッシュペーパーで丁寧に拭き取ってください。
この時に矢印部分を押すとマウスピースが回ってしまうため注意しましょう。

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