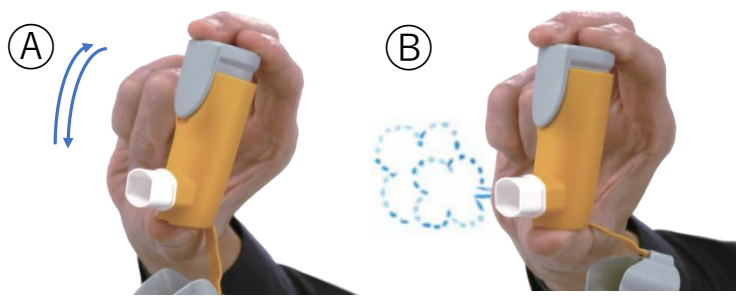
# きちんと吸入出来ていますか？

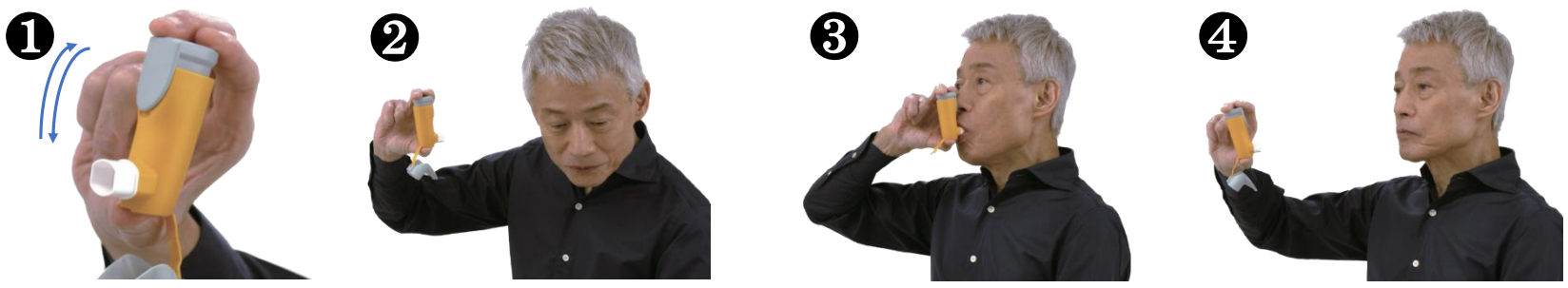
ビレーズトリ用

## 吸入準備（初回のみ）




キャップをはずし、よく振ります。
ボタンを押して1度空噴霧をします。
ⒶⒷの操作を4度繰り返します。

## 吸入操作

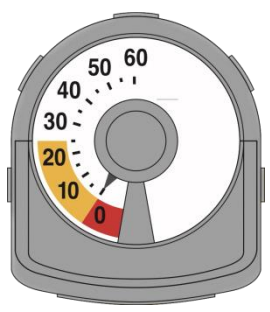



❶キャップをはずし、よく振ります。
❷息を十分に吐き出し、吸入口をくわえます。
❸息をゆっくり・深く吸いながら噴霧されるまでボタンを押します。
❹吸入口から唇を離し、3秒以上息を止めた後、ゆっくり息を吐き出します。
❺❶～❹をもう一度繰り返し、合計2吸入します。
❻キャップを閉めます。

## ポイント

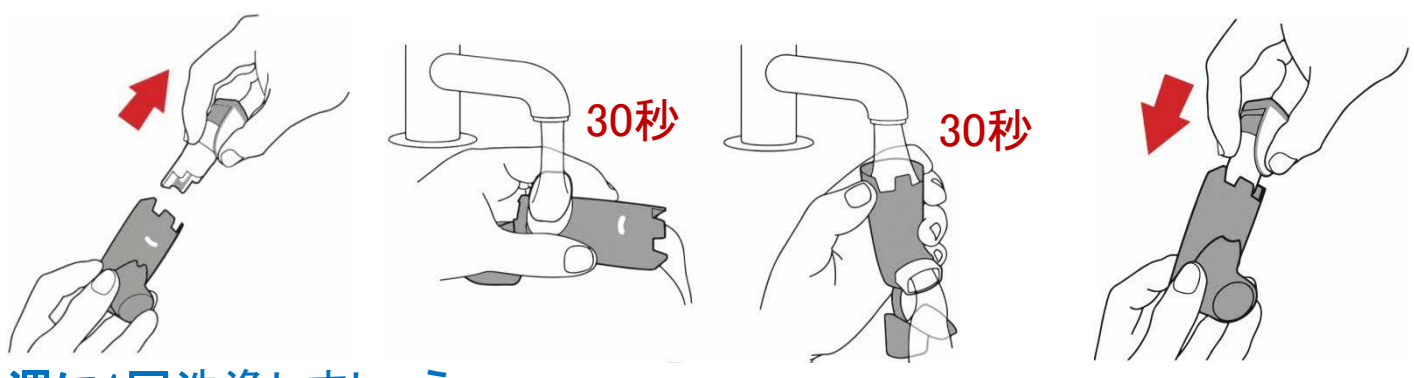
➤吸入後の注意点
最後に必ずうがい、または口をすすぎましょう。うがいは副作用の予防になります。

## 薬剤残量チェック




矢印の部分が「0」を指したら
新しい吸入器に取りかえてください。

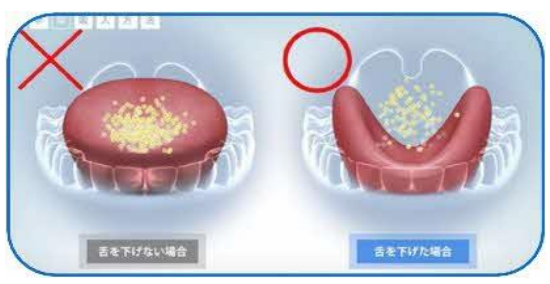
## お手入れ

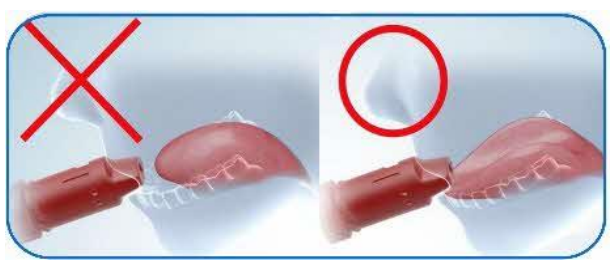


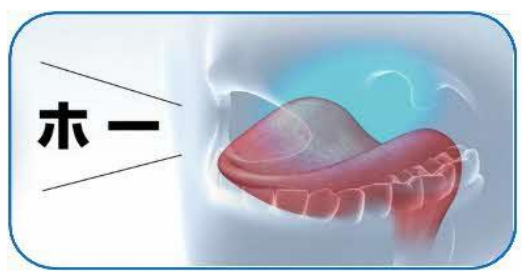

週に1回洗浄しましょう。
缶とキャップを外してから、図のようにぬるま湯で30秒、
逆さまにしてさらに30秒洗い流します。
完全に乾いてから缶を差し込みます。
洗浄した後はⒶⒷの操作を2度行ってから使用してください。

## 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