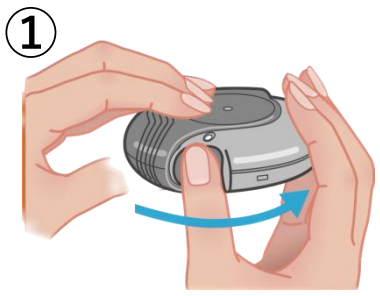
きちんと吸入出来ていますか？

ディスカス用

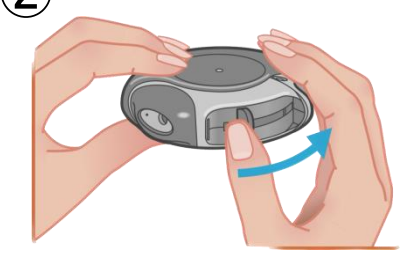
吸入準備

①



①カバーを「カチリ」と音がするまで開けます。

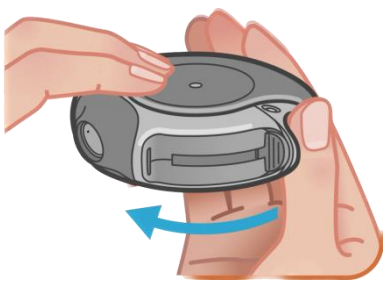
②



②マウスピースを自分に向けて持ち、レバーを「カチリ」と音がするまで押します。

吸入操作

❶息を吐き出してから吸入器を水平に持ちます。
❷マウスピース（吸入口）を軽く加え、強く深く「スーッ」と息を吸い込みます。
❸口からマウスピース(吸入口)を離し、少なくとも3～4秒以上息を止めます。
❹ゆっくりと静かに息をはきます。



➤カバーの閉じ方

グリップに親指をあて、カチリと音がするところまで回して戻してカバーを閉じて下さい。
（カバーを閉じれば、自然にレバーも戻ります。）

ポイント

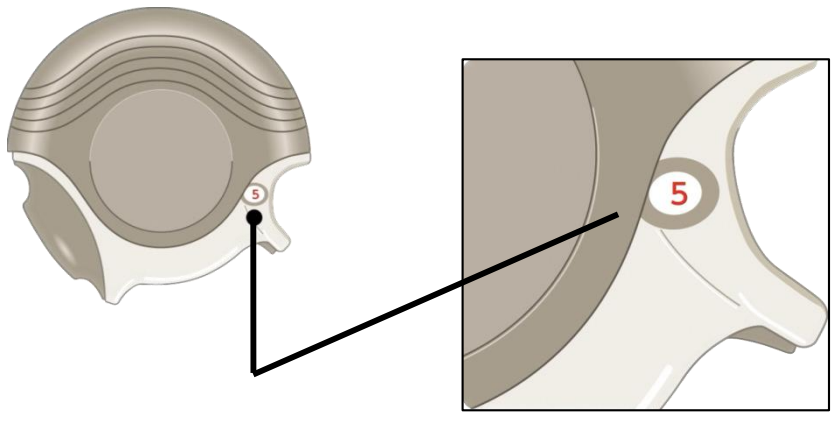
➤吸入前の注意点

吸入直前にマウスピースに息を吹き込まないようにしましょう。

➤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。

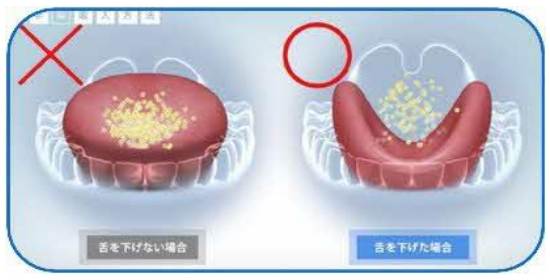
薬剤残量チェック



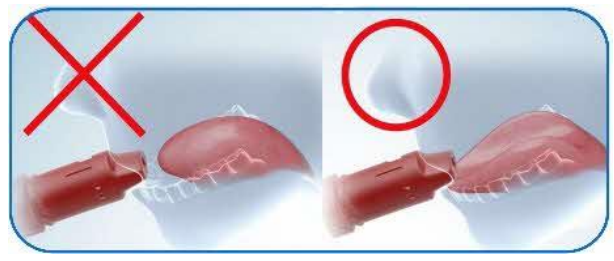
カウンターの「5」以下は赤字で表示されます。

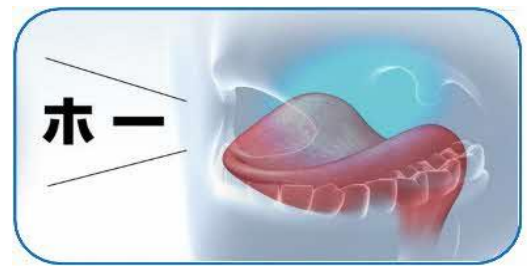
ホー吸入

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