



## راهنمای نحوه صحیح استفاده از اسپری استنشاقی



دستورالعمل های توصیه شده جهت اسپری ها از طریق دهان:

۱- قبل از مصرف اسپری بهتر است ، داخل دهان را با آب بشوئید تا محوطه دهان از ذرات غذا یا مواد خارجی پاک شود . بدین طریق احتمال ورود این ذرات هنگام تنفس به حلق و حنجره از بین می رود

۲- درپوش محافظ دهانی را بردارید و اسپری را به تکان دهید .

۳- اسپری را در وضعیت مناسب آن یعنی وارونه و عمودی در دست بگیرید.

۴- با بازدم عمیق حداکثر هوا را از سینه خود خارج نمایید( البته بدون ایجاد اشکال تنگی نفس شدید ) تا بتوانید پس از آن یک دم عمیق انجام دهید.

۵- دهانه اسپری را در دهان خود بگذارید ، لب ها را به دور آن محکم ببندید تا هوا از راه دیگری وارد دهان شما نشود.

۶- نفس عمیق بکشید و به طور همزمان اسپری را بکار اندازید . مهم این است که درست در لحظه شروع تنفس فقط یکبار به اسپری فشار وارد کنید تا دارو همراه با هوای استنشاقی به عمق ریه نفوذ کند.

۷- اسپری را از دهان خارج کنید و حداقل **10** ثانیه یا هر مقدار که می توانید (مثلاً در ذهن خود بشمارید : یک هزار و یک ، یک هزار و دو ... و یک هزار و ده ) نفس را در سینه حبس کنید .

۸- سرانجام به آهستگی هوا را بیرون دهید و تنفس معمولی را شروع کنید .

۹- در صورت نیاز به استفاده مجدد حداقل یک دقیقه صبر کنید.

۱۰- پس از مصرف ، پوشش دهانی را دوباره بگذارید تا از ورود گرد و غبار جلوگیری شود.

### نحوه استفاده از دمیار

قبل از مصرف اسپری را به خوبی تکان دهید پس از برداشتن درپوش، قسمت دهانی آن را به انتهای وصل کنید چنانچه کودک قادر است حتی الامکان نفس خود را بیرون دهد، سپس قسمت دهانی دم یار روی دهان و بینی کودک قرار داده وبا نگهداشتن آن از خروج هوا از اطراف ماسک جلوگیری نمایید .اسپری را فشار داده تا دارو وارد محفظه دمیار شود . (هر بار فشار اسپری یک پاف محسوب می شود) حداقل به مدت ۱۰ ثانیه (از ۱۰تا۱۰ بشمارید) منتظر بمانید تا کودک با نفس های عمیق و آهسته دارویی را که وارد فضای درونی دمیار شده است را استنشاق کند.

