ピットホール®発生を防ぎ、正しく吸入できるためのチェックリスト

ハンディヘラー（スピリーバ）

吸入前	①薬剤の準備	□ 薬剤セット時には、デバイスは垂直に保持する	★1
		□ ブリスター（アルミシート）は、1列ずつ切り離している	
		□ ブリスター（アルミシート）を数回分一気に開けていない	
		□ ブリスター（アルミシート）から毎日順番に1カプセルずつ取り出せている	
		□ ブリスター（アルミシート）をハサミなどできっていない	
		□ カプセルを誤って内服したことはない	
		□ 前回の吸い残しカプセルを残していない	
		□ キャップを開け、白いマウスピースを開けている	
		□ マウスピースをカチツ音がするまでしっかりと閉めている	
		□ みどりのボタンをカプセルに穴が開く程度に強く押している（1回のみ）	★4
		□ みどりのボタンを何回も押していない（数回行うと、カプセル破損の可能性あり）	
	②息吐き	□ 吸入前に、苦しくならない程度に息を吐きだしている	
吸入時	③吸入	□ みどりのボタンを押したままで、吸入をしていない	
		□ 吸入直前に、マウスピース（吸入口）に息を吹きかけていない	
		□ マウスピース（吸入口）に口をあてる前から吸い始めていない	
		□ カプセルのカラカラ音が聞こえる程度の速さで、ゆっくりと深く吸入している	★5
		□ デバイスを水平に保って吸入している	
		□ 吸入時に、口角が空いたままになっていない	★6
		□ マウスピース（吸入口）に口をあてたまま、息を吸ったり吐いたりしていない	
	④息止め	□ 吸入直後は、口を閉じて5秒程度の息止めが出来ている	★7
	⑤息吐き		
吸入後	⑥後片付け	□ 吸入後のカプセルは、手指を触れずに捨てている	
	⑦うがい	□ 吸入後に、しっかりとうがいをしている（口喝防止になる）	★8

8つの原則

★1　デバイスの保持・・・　デバイスを保持する手を決めて、筒型ＤＰＩ製剤は薬剤装填時に垂直に保持する。
★2　カウンターを確認・・　カウンターがあるときは、指差し確認する。
★3　通気口を確認・・・・　通気口の位置を確認し、手指や口唇で無意識にふさがない。
★4　薬剤装填操作・・・・　ボタン、レバー、フタは最後まで操作を完了させて、その後、操作した手指を離す。
★5　吸い方・・・・・・・　ＤＰＩ製剤の場合、自分が性能の良い掃除機になることをイメージして強く深く吸入する。「強く深く」で統一します。
★6　口　角・・・・・・・　吸入時に口角が開いていないようにする。
★7　息止め・・・・・・・　息止めは片手で指折り5つを目安に数秒程度。
★8　うがい・・・・・・・　うがいをする

(一社)吸入療法アカデミーホームページ、患者吸入指導テキスト(協和企画)より引用

岡谷吸入指導連携((一社)吸入療法アカデミー監修）禁引用・転載