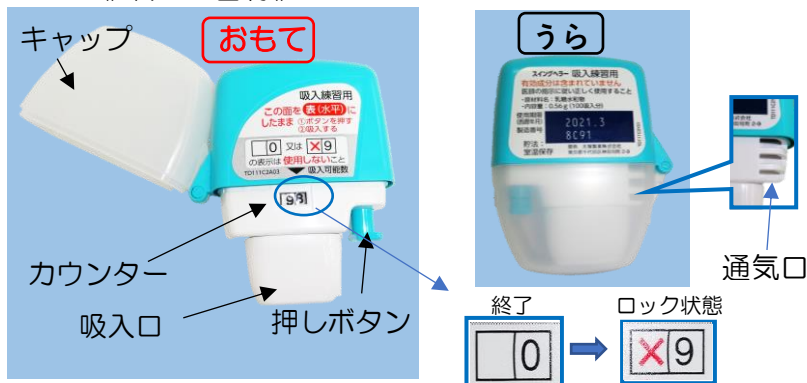


《効果的な吸入に必要な9つのポイント》

- ①デバイス保持(水平) ②カウンター指差し確認 ③通気口の位置 ④ボタン・レバー操作はしっかり行う ⑤口角を閉じる
- ⑥息吐き(吸入前・吸入後) ⑦吸い方(速く深く) ⑧息止め(指折り5秒間) ⑨うがいは必ず行う(ガラガラ、ブクブク各2回)

《部位の名称》



《残薬の確認方法》

- ボタンを押すたびに薬がセットされカウンターが減ります
- カウンターが0になった回の吸入が終わりでしたら次回からは新しい吸入器を使用して下さい
- カウンターが0になった後、もう一度ボタンを押すとロックがかかりボタンは押せなくなります

- おもて面を下にすると充填されない
- セット後は、吸入器を傾けると薬剤がこぼれることがあるので振ったり、逆さにしない

下さい。

ポイント

<p>① 薬の準備</p>	<p>■ 操作はカウンター面を上にして水平に持ち行う □ キャップを完全に開け固定する (カチッと音がする) (A) □ カウンターで残量確認する □ 押しボタンをカチッと音がして止まるまで押して離す (B)</p>	<p>• 水平に持ち、しっかり操作しないと正確な1回分量がセットされない • 続けて2回ボタンを押しても1回分しかセットされず薬が無駄になる</p>	
<p>② 息吐き</p>	<p>□ 無理のない程度に、「ホー」と息を吐き一旦止める (吸入口には息を吹きかけない)</p>	<p>• 息吐きと吸入をそれぞれしっかりしていただくために、息吐き後一旦息を止め吸入する • 吸入時「ホー」の口で吸うので「ホー」の形で息吐きを行い、のどの形を準備する</p>	
<p>③ 吸入</p>	<p>□ 「ホー」の口のままで吸入口をくわえ、口角を閉じ、速く深く、最後まで息を吸い込む (通気口をふさがない)</p>	<p>• 息がもれないように口角を閉じる • ソバをすするイメージで吸う</p>	
<p>④ 息止め</p>	<p>□ 吸入器から口を離し、口を閉じ、指折り5秒間息を止める (無理のない程度で良い)</p>	<p>• 肺により多くの薬を定着させるため</p>	
<p>⑤ 息吐き</p>	<p>□ 鼻からゆっくりと息を吐く (吸入口には息を吹きかけない)</p>	<p>• 深くとは「長く吸う」と解釈する • 「ホー」の口で吸うとのとどが開き舌が下がり効率よく吸えるというデータがある</p>	
<p>繰り返し</p>	<p>* 吸入器内の薬を完全に吸いきる場合は②～⑤を繰り返す * 2吸入する場合は1分程度おいて①～⑤を繰り返す</p>		
<p>⑥ 後片付け</p>	<p>□ キャップをしっかり閉じる</p>	<p>• キャップを閉じる前に吸入口を拭く</p>	
<p>⑦ うがい</p>	<p>□ 吸入後はガラガラうがい、ブクブクうがいを各2回ずつ行う</p>	<p>• 口腔内及び咽頭についた薬を洗い流す</p>	

吸入ステロイドは口腔内カンジダや嚔声などの副作用を防止するため、吸入後すぐにうがいをする
 それ以外の吸入薬も統一化を図るため、うがいを行うようにする