

(効果的な吸入に必要な9つのポイント)

- ①デバイス保持(垂直) 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》

- 回転グリップを回すたびに徐々にカウンターが進んでいきます
- 小窓に赤い印が出てきたら残り約20吸入、赤い印が下までおりてきたら終了ですので、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になっても回転グリップの操作はできませんが、薬剤は残っていません
- 吸入器を振ると「カサカサ」音がするのは乾燥剤の音です

- 吸入口を持たずに、本体中央部を持ち、回転グリップを操作するよう指導してください。
- 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

ポイント

① 薬の準備	<ul style="list-style-type: none"> ■ 開封時は、空回しを(2回)行う ■ 操作は吸入器を垂直に持ち行う □ キャップを回して外す □ カウンターで残量確認する □ 回転グリップを右に止まるまで回す(A) □ 止まったら左にカチッと音がするまで戻す(B) 	<ul style="list-style-type: none"> • 垂直に持ち、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回回転グリップを操作しても1回分しかセットされず薬が無駄になる 	
② 息吐き	<ul style="list-style-type: none"> □ 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) 	<ul style="list-style-type: none"> • 息吐きをしないとしっかり吸えない • 「ホー」の口で舌を下げてのどのを広げる 	
③ 吸入	<ul style="list-style-type: none"> □ 回転グリップを持ち、「ホー」の口のまま吸入口をくわえ、口角を閉じ、速く深く、息を最後まで吸い込む(通気口をふさがない) 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	
④ 息止め	<ul style="list-style-type: none"> □ 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) 	<ul style="list-style-type: none"> • 肺に多くの薬を定着させる 	
⑤ 息吐き	<ul style="list-style-type: none"> □ 鼻からゆっくりと息を吐く 	<ul style="list-style-type: none"> • 口から吐くと速くなることもある 	
繰り返し	<ul style="list-style-type: none"> • 吸入口に息を吹きかけないようにする意味も込めて鼻から抜くことが良い • ステロイドに限っては鼻腔内における抗炎症作用が期待できるとの報告がある 吸入後に鼻から息を吐き出すことで気管支などに定着できなかった薬が鼻の中に定着する その為、吸入後に鼻から息を吐き出すことでアレルギー性鼻炎や好酸球性副鼻腔炎に効果が期待できる 		
⑥ 後片付け	<ul style="list-style-type: none"> □ キャップをしっかり閉じる 	<ul style="list-style-type: none"> • キャップを閉じる前に吸入口を拭く 	
⑦ うがい	<ul style="list-style-type: none"> □ 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 	<ul style="list-style-type: none"> • 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</p>			