

عنوان آموزش:

چگونه از اسپری استفاده کنیم

قسمتهای مختلف يك اسپری :

- درپوش
- بدنه اسپری

مراحل استفاده از اسپری :

- ۱- درپوش را بردارید و آن را از نظر تمیزی چک کنید و سپس اسپری را خوب تکان دهید.
 - ۲- وقتی اسپری را برای اولین بار استفاده می کنید یا مدتی از آن استفاده نکرده اید. يك پاف را بطور آزمایشی به بیرون تخلیه کنید.
 - ۳- اسپری را بین دو انگشت خود نگه دارید .
 - ۴- از راه دهان نفس خود را بیرون بفرستید تا ریه ها خالی شوند . سپس سریعاً بخش دهانی را میان دندانها یتان نگه دارید ،البته توجه کنید که آنرا گاز نگیرید.
 - ۵- لبها را آرام دور قسمت دهانی ، حلقه کنید . سرتان را کمی به عقب خم نمایید و از راه دهان آرام نفس بکشید و اسپری را یکبار فشار دهید تا دارو خارج شود . در همین هنگام به آرامی و عمیق نفس بکشید.
 - ۶- اسپری را از دهانتان بردارید و نفس خود را ۱۰ ثانیه یا هر قدر که می توانید نگه دارید و سپس آرام از راه دهان نفس را خارج کنید.
- اگر مصرف اسپری ، بیش از یکبار توصیه شده است به مدت يك دقیقه صبر کنید و سپس کلیه مراحل را انجام دهید.
- P** قبل از فشردن اسپری به آرامی و از راه دهان نفس بکشید.
- P** قبل از استفاده از اسپری برای کمک به جذب بهتر می توانید جرعه ای آب بنوشید.
- P** بعد از استفاده نیز می توانید آب را در دهانتان غرغره کرده و دهانتان را بشویید.
- P** برای یادگیری بهتر مراحل را جلوی آینه تمرین و تکرار نمایید.
- درمورد بچه ها توجه به نکات زیر ضروری می باشد.
- P** بچه ها در استفاده از اسپری احتیاج به کمک دارند . لازم است والدین ابتدا خودشان تکنیک را بدرستی یاد بگیرند سپس به کودک شان اسپری کردن را بیاموزند.

تمیز کردن و شستشو:

شما باید حداقل یکبار در هفته اسپری تان را تمیز نمایید:

- ۱- بدنه فلزی را از درون بدنه پلاستیکی بیرون بیاورید و قطعه ی دهانی را جدا کنید.
- ۲- بدنه فلزی را درون آب نگذارید و زیر آب نشویید .
- ۳- پس از شستشو قطعات پلاستیکی آنها را کناری بگذارید تا با دمای اتاق ، خشک شوند . نباید از گرمای اضافی برای خشک نمودن استفاده کنید.
- ۴- سپس قطعات را به هم متصل کنید و آنرا در جای خشک و خنک نگهدارید.

هشدارها:

P شما باید طبق دستور پزشکتان از اسپری استفاده کنید و در صورت عدم بهبودی و

یا ظهور علائم جدی تر به پزشکتان اطلاع دهید.

P هنگام اسپری کردن مراقب چشمان خود باشید تا دارو با چشمان شما تماس پیدا نکند.

P اسپری را دور از دسترس کودکان نگه دارید.

P اسپری را درجای خشک و خنک نگه دارید و از یخ زدگی حفظ کنید.

P توجه داشته باشید که پس از خالی شدن اسپری آن را دور بیاندازید و از سوزاندن آن اجتناب کنید.