

نحوه استفاده از اسپری



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش سلامت

۱۴۰۲

تمیز کردن و شستشو اسپری:

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

- ۱- بدنه فلزی را از درون بدنه پلاستیکی بیرون بیاورید و قطعه دهانی را از هم جدا کنید.
- ۲- قطعه دهانی و درپوش را با آب ولرم بشویید.
- ۳- سپس آن ها را کنار 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 آن را در جای خشک و خنک نگه دارید.

هشدارها:

- * شما باید طبق دستور پزشکتان از اسپری استفاده کنید و در صورت عدم بهبودی و با ظهور علائم جدی تر به پزشکتان اطلاع دهید.
- * هنگام اسپری کردن مراقب چشمتان باشید تا دارو با چشمتان تماس پیدا نکند.
- * اسپری را دور از دسترس بچه ها نگه دارید.
- * اسپری را در جای خشک و خنک نگه دارید و از یخ زدگی حفظ کنید.
- * توجه داشته باشید که پس از خالی شدن اسپری آن را دور بیندازید و هرگز حتی اسپری خالی را سوراخ نکنید و از سوزاندن آن اجتناب کنید.

منبع:

غفاری، ف و فتوکیان، ز، آموزش به بیمار و خانواده، بشری، ۱۳۸۸، چاپ اول



مرحله چهارم:

اسپری را به سمت بالا نگه داشته و دمپار را با دست دیگر از قسمت پایین نگه دارید.



مرحله پنجم:

نفس خود را آهسته و کامل بیرون بدهید.



مرحله ششم:

قسمت دهانی دمپار را داخل دهان خود قرار دهید



مرحله هفتم:

ابتدا اسپری را داخل دمپار یک بار به سمت پایین فشار داده سپس به آرامی نفس بکشید

مرحله هشتم:

۱۰ ثانیه نفس خود را نگه دارید. برای پاف دوم ۳۰-۶۰ ثانیه صبر کرده و دوباره مراحل بالا را تکرار کنید.

بعد از استفاده از اسپری دهان خود را با آب

ولرم شستشو دهید.

توجه توجه

* از مراحل ۲ و ۳ نباید سریع بگذرید.
* قبل از فشردن اسپری به آرامی و از دهان نفس بکشید.
* قبل از استفاده از اسپری برای کمک به جذب بهتر می توانید جرعه ایی آب بنوشید.
* بعد از استفاده نیز می توانید آب را در دهانتان غرغره کرده و دهانتان را بشویید.
* برای یادگیری بهتر مراحل را جلوی آینه تمرین و تکرار کنید.

در مورد بچه ها توجه به نکات زیر ضروری می باشد:

* بچه ها در استفاده از اسپری احتیاج به کمک دارند. لازم است والدین ابتدا خودشان تکنیک را به درستی یاد گیرند. سپس به کودکشان اسپری کردن را بیاموزند.

مراحل استفاده از دمیار:

مرحله اول:



اسپری را تکان داده و درب آن را بردارید.

مرحله دوم:



قسمت دهاتی اسپری را داخل دمیار قرار دهید.

مرحله سوم:



درب قسمت دهاتی دمیار را بردارید.

۴

۴- از راه دهان نفس خود را بیرون بفرستید تا ریه ها خالی شوند. سپس سریعاً بخش دهانی را در میان دندان هایتان نگه دارید ، البته توجه کنید که آن را گاز نگیرید.

۵- لب ها 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 دهان نفس را خارج کنید.

۷- اگر مصرف اسپری بیش از یکبار توصیه شده است به مدت یک دقیقه صبر کنید و سپس کلیه مراحل را مجدد انجام دهید.



۳

قبل از استفاده از اسپری تان این مطالب را با دقت خوانده و از دستورالعمل های آن پیروی کنید:

قسمت های مختلف یک اسپری:

۱- در پوش

۲- بدنه اسپری

مراحل:

۱- در پوش 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 نکردید ، یک پاف را به طور آزمایشی به بیرون تخلیه کنید.
۳- مطابق شکل اسپری را بین دو انگشت خود نگه دارید.



۲