



سازمان تخصصی شهیدولیان اکیوورز  
وزارت بهداشت و درمان استان لرستان  
دانشگاه علوم پزشکی

## دستور العمل استفاده از اسپری



سوپروایزر آموزشی پاییز ۹۵

تمیز کردن و شستشو:

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

- ♦ بدنه فلزی را از درون بدنه پلاستیکی بیرون بیاورید و قطعه ی دهانی را از هم جدا کنید.
- ♦ بدنه فلزی را درون آب نگذارید و زیر آب نشویید.
- ♦ سپس آنها را کناری بگذارید تا با دمای اتاق؛ خشک شوند. نباید از گرمای اضافی برای خشک نمودن استفاده کنید.
- ♦ سپس قطعات را به هم متصل کنید و آنرا در جای خشک و خنک نگه دارید.

هشدارها:

\* شما باید طبق دستور پزشک تان از اسپری استفاده کنید و در صورت عدم

بهبودی و یا ظهور علائم جدی تر به پزشکتان اطلاع دهید.

\* هنگام اسپری کردن مراقب چشم تان باشید تا دارو با چشم تان تماس پیدا

نکند.

\* اسپری را دور از دسترس بچه ها نگه دارید.

\* اسپری را در جایی 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.

### 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 ۶۰-۳۰ ثانیه صبر کرده و دوباره مراحل بالا را تکرار کنید.

بعد از استفاده از اسپری دهان خود را با آب ولرم شستشو دهید.

◆ اگر مصرف اسپری؛ بیش از یک بار توصیه شده است به مدت یک دقیقه صبر کنید و سپس کلیه مراحل را انجام دهید.

توجه:

\* از مراحل ۲ و ۳ نباید سریع بگذرید.

\* قبل از فشردن اسپری به آرامی و از راه دهان نفس بکشید.

\* قبل استفاده از اسپری برای کمک به جذب بهتر می توانید جرعه ای 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 نمایید.

درمورد 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 بدرستی یاد گیرند. سپس به کودک شان اسپری کردن را بیاموزند.

مراحل استفاده از دم یار:



**مرحله اول:**

اسپری را تکان داده و درب آن را بردارید.



**مرحله دوم:**

قسمت دهانی اسپری را داخل دم یار قرار دهید.



**مرحله سوم:**

درب قسمت دهانی دم یار را بردارید.

۴. از راه دهان نفس خود را بیرون بفرستید تا ریه ها خالی شوند. سپس سریعاً بخش دهانی را در میان دندانهایتان نگه دارید؛ البته توجه کنید که آنرا 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 یک بار فشار دهید تا دارو خارج شود. در همین هنگام به آرامی و عمیق نفس بکشید.



۶. اسپری را از دهان تان 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.



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

قسمت های مختلف یک اسپری:

- درپوش  
- بدنه اسپری

مراحل:

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؛ یک پاف را بطور آزمایشی به بیرون تخلیه کنید.  
۳. مطابق شکل اسپری را بین دو انگشت خود نگه دارید.

