



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز

بیمارستان حضرت ولیعصر(عج) اقلید

نحوه ی صحیح اسپری زدن

تهیه کننده:مرضیه ملایی، بهیار

تهیه شده: تابستان ۱۴۰۱

منبع:سایت اینترنتی سلامت-دهکده سیب سبز

هندبوک آموزش به بیمار، ترجمه خدیجه نصیریانی

شماره سند: ب VAL-ASC-PAM/20/1



نحوه ی صحیح اسپری زدن (اسپری های غیر پودری)

اسپری ها جزئی جدا نشدنی از داروهای بیماران تنفسی هستند. ممکن است پزشک برای کنترل

علائم و درمان بیماری شما اسپری تجویز کند.

متأسفانه بسیاری از بیماران روش صحیح استفاده از

اسپری را نمی دانند، در نتیجه دارو به خوبی اثر

نمی کند.

هنگام اسپری زدن به نکات زیر توجه کنید:

اسپری استنشاقی وسیله ای است که به واسطه ی

آن دارویی خاص و با مقدار تنظیم شده بطور

اتوماتیک بصورت ذرات بخار در آمده در فضای

داخلی دهان و بینی پخش شده بطوری که ذرات

دارو همراه با هوای تنفسی به آسانی وارد ریه ها می

شود و اثرات درمانی خود را با تأثیر موضعی نشان

می دهد. هر مخزن اسپری ۲۰۰ نوبت دارو دارد،

اسپری ها دارای خاصیت ضد احتقان، ضد التهاب و

یا گشادکننده مجاری هوایی دستگاه تنفسی

هستند.

۱-قبل از مصرف اسپری ها مهم است داخل دهان

را با آب بشوئید تا محوطه دهان از ذرات غذا یا مواد

خارجی پاک شود بدین طریق احتمال ورود این

ذرات در هنگام تنفسی به حلق و حنجره از بین می

رود و اسپری را به خوبی تکان دهید

۲-درپوش محافظ دهانی را بردارید و اسپری را به

شدت تکان دهید

۳-اسپری را در وضعیت مناسب آن یعنی وارونه و

عمودی در دست بگیرید

۴-با بازدم عمیق حداکثر هوا را از سینه خود خارج

نمائید (البته بدون اشکال و تنگی نفس شدید) تا

توانید پس از آن یک دم عمیق انجام دهید

۵-دهانه اسپری را در دهان خود بگذارید، لب ها را

به دور آن محکم ببندید تا هوا از راه دیگری وارد

دهان شما نشود. (برای جذب بیشتر، بهتر است از

دمیاری استفاده کنید)

۶-نفس عمیق بکشید و به طور همزمان اسپری را

بکار اندازید. مهم این است که درست در لحظه

شروع تنفسی فقط یکبار به اسپری فشار وارد کنید

تا دارو همراه با هوای استنشاقی به عمق ریه نفوذ

کند

۷-اسپری را از دهان خارج کنید و حداقل ۱۰ ثانیه

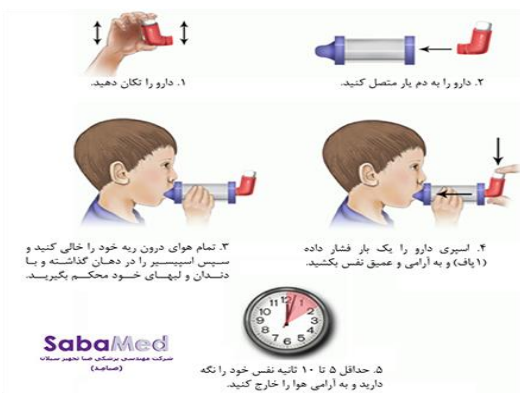
یا هر مقدار که می توانید نفس را در سینه حبس

کنید. سرانجام به آهستگی هوا را بیرون دهید و

تنفس معمولی را شروع کنید در صورت نیاز به استفاده مجدد حداقل یک دقیقه صبر کنید

۸- پس از مصرف، پوشش دهانی را دوباره بگذارید تا از ورود گرد و غبار جلوگیری شود

نحوه استفاده از دم یار (آسان نفس)



نکات قابل توجه در استفاده از انواع اسپری:

۱- روش صحیح استفاده از اسپری را به دقت بیاموزید

۲- هنگام اجرای مراحل که نیاز به تنفس عمیق دارد عجله نکنید همزمان با فشار اسپری، دم عمیق را تا آن جا که ممکن است به آهستگی انجام دهید

۳- دفعات اولیه را جلوی آینه تمرین کنید، اگر غبار و ذرات از بالای اسپری یا اطراف دهانتان خارج می شود به این معنی است که روش مصرف شما صحیح

نیست و باید دوباره از مرحله قبل (تکان دادن اسپری) شروع کنید

۴- برخی از اسپری های استنشاقی در هنگام حمله های تنفسی که حاد می باشند مؤثر هستند ولی برخی دیگر به چند ساعت تا چند روز زمان نیاز است تا اثر آن ها ظاهر شود بنابراین از اسپری های دارویی با نظر پزشک معالج استفاده کنید و دارویی را خودسرانه و به دلیل اینکه بصورت اسپری ساخته شده استفاده نکنید

۵- هرگز بیش از میزان تجویز شده از اسپری ها استفاده نکنید

۶- در صورتی که احساس کردید اسپری ناراحتی شما را کاهش نمی دهد و یا بیش از ۸ بار در روز از آن استفاده می کنید حتما با پزشک خود مشورت کنید

۷- اگر همزمان از دو نوع مختلف اسپری استفاده می کنید بهتر است که اول از اسپری های گشاد کننده برونش مثل سالبوتامول و آتروونت استفاده کرده و بعد از حدود یک ربع ساعت از اسپری ضد التهاب کورتیکواستروئید مثل بکلومتازون استفاده کنید به این طریق داروها بهتر جذب می شوند

۸- بعد از استفاده از اسپری دهان خود را با آب بشویید شستشوی دهانی با آب موجب جلوگیری از عفونت های قارچی دهان می شود

۹- خانم های باردار یا شیرده قبل از استفاده از دارو با پزشک خود مشورت کنند

۱۰- قبل از مصرف اسپری از خوب کارکردن آن مطمئن شوید چنانچه مدتی از اسپری استفاده نشده قبل از استفاده آن را امتحان کنید

۱۱- اسپری را همیشه تمیز نگه دارید بخش های غیرفلزی آن را می توانید با آب تمیز و گرم شسته و خشک کنیم

۱۲- مخزن فلزی اسپری را سوراخ نکنیم و آن را در معرض نور مستقیم خورشید قرار ندهیم

۱۳- دارو را دور از دسترس اطفال نگه داریم

۱۴- مصرف منظم و به موقع داروها به پیشگیری از مشکلات و عوارض کمک میکند

۱۵- مصرف اسپری قبل از غذا موجب آسانتر شدن غذا هنگام تنفس می شود