

بیمارستان ابن سینا نور آباد

روش صحیح استفاده از اسپری و آسان نفس یاد م یار

استفاده از داروهای استنشاقی، روش اصلی درمان آسم است اما اگر این داروها با تکنیک صحیح استفاده نشوند اثر درمانی آنها کاهش می یابد. چنانچه اسپری با تکنیک کاملاً صحیح استفاده شود در هر شکل مؤثر است اما استفاده از محفظه هایی که در ادامه توضیح داده میشود. علاوه بر اینکه نیاز به هماهنگی زمان دم و فشردن افشانه ندارد باعث کاهش میزان رسوب دارو در دهان و راههای هوایی فوقانی شده، جذب دارو را افزایش داده و عوارض موضعی و غیرموضعی دارو را کم میکند.

این امر به خصوص در داروهای استنشاقی کورتیکو استروئیدی اهمیت دارد. که به نامهای مختلف دم یار، آسان نفس و ... در دسترس هستند سرعت ذرات اسپری آهسته تر میشود و از spacer با استفاده از وسیله ای بنام میزان رسوب این ذرات در دهان کاسته میشود. توصیه میشود که از انواع دارای دریچه ی آن استفاده شود زیرا دارو در محفظه ی آن، نگه داشته شده و با تنفسهای بعدی وارد دستگاه تنفس می-شود.

استفاده از اسپریهای دهانی:

- قبل از مصرف افشانه بهتر است داخل دهان با آب شسته شود تا محوطه ی دهان از ذرات غذا یا مواد خارجی پاک شود، بدین طریق احتمال ورود این ذرات هنگام تنفس به حلق و حنجره از بین میرود.
- اسپری تا حدّ درجه حرارت اتاق گرم شود(نیازی به گذاشتن اسپری در یخچال نیست.)
- درپوش محافظ دهانی را برداشته و افشانه را به مدت ۵ ثانیه تکان داده و در صورتی که مدّتی است از آن استفاده نشده، قبل از استفاده از افشانه یک یا دو دوز از آن خالی شود.
- قبل از استفاده از اسپری، درپوش آن را برداشته و از شل نبودن اجزای آن اطمینان حاصل شود.
- اسپری را در وضعیت مناسب آن، در دست بگیرید. یعنی اسپری به صورت عمودی قرار گرفته و انگشت نشانه در قسمت بالایی قرار گیرد و از آن برای افشانه کردن اسپری استفاده شود. انگشت شست در زیر اسپری و از دست دیگر برای نگه داشتن محفظه دمیار استفاده شود.
- یک بازدم عمیق انجام دهید و قسمت دهانی دمیار را در دهان قرار داده و لبها کاملاً بسته شود (اگر از ماسک استفاده میشود باید ماسک به طور کامل روی بینی و دهان قرار گیرد.)
- زبان جلوی دهانه دمیار قرار نگیرد.
- با فشردن افشانه، اسپری وارد محفظه میشود.
- ۴ثانیه صبر کرده و بازدم انجام گرفته ۴ - .ثانیه طول بکشد. سپس - - ۱۰ با دم عمیق و آرام دارو استنشاق شده، این دم باید ۶۵تنفس تکرار شود - این کار در مدّت ۳۰ ثانیه یا ۱۰
- ۱۵ثانیه صبر کرده، اسپری را دوباره تکان داده و سپس مطابق دستور فوق این - - اگر لازم است دو پاف استفاده شود، پس از پاف اول ۳۰ مراحل تکرار شود.
- پس از استفاده، اسپری با درپوش آن بسته شود.
- بعد از مصرف اسپری، دهان خود را با آب معمولی بشویید. شستشوی دهان با آب موجب پیشگیری از عفونتهای قارچی دهان خواهد شد.
- خانمهای باردار و یا مادران شیرده قبل از مصرف دارو لازم است با پزشک معالج خود مشورت نمایند.
- قبل از مصرف اسپری، از خوب کار کردن آن مطمئن شوید (چنانچه برای مدّت حداقل یک هفته یا بیشتر از اسپری استفاده نشده، یک-بار قبل از مصرف، اسپری امتحان شود).
- اسپری بایستی همیشه تمیز نگه داشته شود، بخشهای غیرفلزی آن را میتوان با آب ولرم شسته و خشک کرد. اما بخش فلزی را نباید شست و در آب غوطه ور کرد.
- مخزن فلزی اسپری را نباید سوراخ کرد و آنرا در معرض نور مستقیم خورشید و یا آتش قرار داد.
- دارو را باید از دسترس اطفال دور نگه داشت.
- مصرف منظم و به موقع داروها به پیشگیری از مشکلات و عوارض کمک میکند.
- مصرف اسپری قبل از غذا، موجب آسانتر شدن تنفس در هنگام غذا خوردن میشود.

- استفاده از آسم یار در مورد بیمارانی که با مصرف اسپریهای استنشاقی مشکل دارند، کمک کننده است.

چگونه متوجه شویم که اسپری تمام شده است؟

برخی از اسپریها، شمارندهی مخصوصی دارند که تعداد دوز باقیمانده را نشان میدهد.

در این موارد، به نشانگر مربوطه توجه کرده و در صورتیکه رنگ آن قرمز شده یا کمتر از ۲۰ پاف باقی مانده است به پزشک مراجعه کنید تا توقفی در روند درمان رخ ندهد.

دربارهی انواعی از اسپری که فاقد نشانگر و شمارنده هستند، کار دشوارتر است.

تکان دادن اسپری، روش مناسبی برای ارزیابی مقدار باقیمانده نیست، روش توصیه شده این است که بر اساس تعداد دوز موجود در دارو و میزان

داروی مصرفی که با تقسیم کردن تعداد دوز بر تعداد پاف روزانه، قابل محاسبه است.

باید تعیین کرد که چه مقدار از دارو باقیمانده است؟

به عنوان مثال، اگر اسپری محتوی ۱۲۰ پاف دارو باشد، یک اسپری برای مصرف دو ماه فردی که روزی دو پاف (مثلاً هر ۱۲ ساعت یک پاف) میزند

و مصرف یک ماه فردی که روزی ۴ پاف (مثلاً هر ۱۲ ساعت ۲ پاف) میزند، کفایت میکند.

شستشوی محفظه های مورد استفاده مانند دمیار یا آسان نفس:

۱۰ پاف اسپری، خاصیت آنتی استاتیک دیواره محفظه - - چسبیدن ذرات اسپری به دیوارهی داخلی محفظه ضرری ندارد، اما پس از هر ۲۰

کم میشود و باعث کاهش میزان داروی رسیده به ریه خواهد شد. توصیه میشود این وسایل به طور منظم با آب گرم محتوی مایع

ظرفشویی رقیق شسته شوند (شستشوی سریع با آب باعث افت عملکرد این وسیله میشود).

- نیازی به شستشوی محفظه با آب پس از این مرحله نیست.

- پس از شستشو نباید از دستمال برای خشک کردن آن استفاده کرد. این کار باید قبل از اولین بار استفاده از این وسیله هم انجام شود.

واحد آموزش پیگیری پس از ترخیص - بهار ۱۴۰۳