

## 【事前準備】

# ブリーズヘラー（薬品名：オンブレス、シーブリ、ウルティブロ）



### 0-1 吸入口を開けます

キャップを取り外し、吸入口を開けます。



### 0-2 カプセルを入れます

アルミシートを剥がして、カプセルを取りだし  
カプセル充填部(穴)へ横向きに置きます。



### 0-3 吸入口を閉めます

吸入口をカチッと音がするまで閉めます。



### 0-4 カプセルに穴を開けます

両側のボタンを強く1回だけ押して離します。

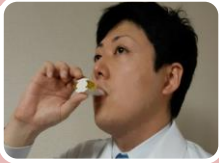
両側のボタンが左右を向くようにして持ちます。

# ブリーズヘラー（薬品名：オンブレス、シーブリ、ウルティブロ）



## 2 息吐き

無理をしない程度に「フーッ」と十分に息を吐き出します。  
吸入口には息を吹きかけないでください。



## 3 吸入

吸入口全体をしっかりくわえ  
少し上むきで、強く深く「スーッ」と吸い込みます。



## 4 息止め

吸入口から口を離し、苦しくない程度（5秒程）息を止めます。



## 5 息吐き

ゆっくりと息を吐き出してください。  
吸入口には息を吹きかけないでください。



## 6 後片付け

吸入口を開けカプセル内に粉末が残っていないことを確認し  
カプセルを捨てます。  
吸入口を閉めてキャップをします。



## 7 うがい

のどと口の中に薬剤が残らないように、  
口ゆすぎと、ガラガラのうがいを3回程度行ってください。