

スイングヘラー（薬品名：メプチン）

レバー



1 薬の準備

「カチッ」と音がするまでカバーを開け、
レバーも同様に音がするまで押してください



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とくわえ
少し上むきで、強く深く「スーーッ」と吸い込みます。



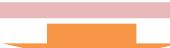
4 息止め

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

吸入後はカバーをします。



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。