

ツイストヘラー (薬品名：アズマネックス)



1 薬の準備

カウンターで残量を確認します。
キャップはカチッと音がするまで左に回し、上に引くようにして外します。



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。
もう1回吸入する場合は2～5の手順を繰り返します。
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。