



Quality Accredited
by JCI, USA



Quality Accredited
by JCI, USA

جهاز الإستنشاق محدد الجرعة



Meter Dose Inhaler



نشرات تثقيفية للمرضى والعائلات

Patient and Family Educational Brochures



مستشفى زليخة
لأن صحتك غالية

دبي: ص.ب. ٤٨٥٧٧، النهدة، إ.ع.م. هاتف: ٢٦٧٨٨٦٦ - ٤
الشارقة: ص.ب. ٤٥٧، الناصرية، إ.ع.م. هاتف: ٥٦٥٨٨٦٦ - ٦
E-mail: info@zulekhahospitals.com www.zulekhahospitals.com



Zulekha Hospital
Your Health Matters LLC

DUBAI: P. O. Box 48577, Al Nahda, U.A.E. Tel: 04 267 8866.
SHARJAH: P. O. Box 457, Al Nasserya, U.A.E. Tel: 06 565 8866.
E-mail: info@zulekhahospitals.com www.zulekhahospitals.com

What is a metered-dose inhaler?

A metered-dose inhaler is a device that helps deliver a specific amount of medication to your lungs. It is commonly used to treat asthma, chronic obstructive pulmonary disease (COPD) and other respiratory problems.

Each inhaler consists of a pressurized canister of medication and a mouthpiece. Pressing down on the inhaler releases a mist of medicine that you breathe into your lungs. So that your airways receive the right amount of medicine, it is important to use your inhaler correctly.

How do I use a meter-dose correctly?

Here's what to do:

1. Remove the cap and hold the inhaler upright.
2. Shake the inhaler.
3. Tilt your head back slightly and breathe out.
4. Hold the inhaler as in one of the pictures to the right. A or B are the most effective, but C is okay for people who are unable to use A or B.
5. Spacers are useful for all patients, especially young children and older adults (see picture B).
6. Press down on the inhaler to release the medicine as you start to breathe in slowly.
7. Breathe in slowly for 3 to 5 seconds.
8. Hold your breath for 10 seconds to allow medicine to go deeply into your lungs.
9. Repeat puffs as directed. Wait 1 minute between puffs to allow the second puff to get into the lungs better.

NOTE: These instructions are for a metered-dose inhaler only. Inhaled dry powder capsules are used differently. To use a dry powder inhaler, close your mouth tightly around the mouthpiece of the inhaler and breathe in quickly. Talk to your doctor if you have any questions about how to take your medicine.

How do I keep track of how much medicine I've used?

It's important to keep track of how much medicine you've used so you can plan ahead and replace your inhaler before you run out of

medicine. One way to do this is to write a refill date on the canister itself. Use the following method to figure out when you'll need to get a refill:

- Start with a brand new inhaler. Divide the number of puffs in the canister--the canister will usually have this number printed on it--by the number of puffs you take each day. The number you get will be the number of days the canister should last. (For example, if you take 4 puffs each day from a 200-puff canister, you will need to have a new canister every 50 days.)
- Using a calendar, count forward that many days to see when your medicine will run out. So you won't run out of the medicine that you use every day, choose a day 1 or 2 days before this date to have your prescription refilled.
- Using a permanent marker, write the refill date on the canister, and on your calendar.

If you use your inhaler for rescue medicine, you probably won't be using it regularly enough for this method to work. In that case, ask your doctor if he or she will write a prescription for two inhalers at a time. Then get your prescription filled when the first inhaler is empty. This way, you'll always have enough rescue medicine on hand when you need it most.

ما هو جهاز الإستنشاق محدد الجرعة؟

هو عبارة عن جهاز خاص يعمل على إدخال جرعة محددة من الدواء إلى الرئتين. ويستخدم هذا الجهاز عادةً في علاج حالات الربو، الأمراض الرئوية المزمنة، وغيرها من أمراض الجهاز التنفسي.

يتألف الجهاز من جزء خاص للفم، وكمية محددة من الدواء، ويعمل الجهاز عند الضغط عليه للأسفل فيبعث بكمية من الدواء إلى داخل أنبوب الإستنشاق في الجهاز. وعندها ما عليك إلا إستنشاق الهواء وبالتالي تصل كمية الدواء المحددة إلى داخل الرئة. من خلال هذا الجهاز نضمن وصول الكمية المطلوبة من الدواء إلى داخل الرئة بالشكل الصحيح إذا تم إستخدام الجهاز كما يجب.

كيف استخدم جهاز الإستنشاق المحدد بالشكل الصحيح؟ إليك ما يجب عليك فعله:

١. إنزع الغطاء وامسك بالجهاز موجهاً للأعلى.
٢. رج العبوة.
٣. أدر رأسك للخلف قليلاً وتنفس للخارج.
٤. أمسك بالجهاز كما هو مبين بالصورة بالوضعية (أ) أو (ب)، ويمكن أيضاً إستخدام الوضعية (ج) للمرضى الذين لا يستطيعون إتباع الوضعتين (أ) و (ب).
٥. الأنبوب الفارغ مفيد لجميع المرضى خصوصاً للأطفال الصغار وكبار السن (كما هو مبين في الصورة ب)
٦. إضغط على الجهاز ليبعث بعض الدواء حتى تبدأ بالإستنشاق ببطء.
٧. تنفس ببطء من ٣ – ٥ ثواني.
٨. إحبس نفسك بداخلك لعشر ثواني حتى تتأكد من وصول الدواء إلى أعماق الرئة.
٩. كرر العملية تماماً كما هو مبين بالإرشادات. إنتظر لدقيقة واحدة بين كل بخة للتأكد من وصول الدواء بكامله إلى داخل الرئة.

ملاحظة: هذه الإرشادات هي لإستعمال جهاز الإستنشاق المحدد هذا فقط.

أما أجهزة الإستنشاق الأخرى كجهاز الإستنشاق بدواء البودرة الجافة فهو مختلف تماماً. لإستخدام جهاز الإستنشاق بدواء البودة الجافة يجب عليك أن تحكم إغلاق فمك حول مدخل الهواء في الجهاز وتقوم بالإسنشاق بشكل سريع بعد البخة. و إذا كانت لديك أي إستفسارات أو أسئلة حول إستخدام الجهاز أو الدواء فبادر بإستشارة طبيبك فوراً.

كيف أعرف كمية الدواء الذي قمت بإستعماله؟

من الضروري جداً أن تعرف كمية الدواء الذي قمت بتناوله، وذلك كي تخطط للامام وتعرف متى يجب عليك إستبدال الجهاز قبل نفاذ الدواء منه. إحدى

الطرق التي يمكنك فعلها هي كتابة التاريخ عند كل إستخدام على أنبوب الجهاز نفسه. يمكنك إتباع هذه الطريقة لمعرفة متى ستحتاج إلى عبوة جديدة.

- إبدأ أولاً بعبوة جديدة. قسم البخات إلى أقسام، عادةً ما تكون العبوة مقسمة وتكتب الأقسام على الجهاز نفسه بعدد العبوات التي تقوم بأخذها يومياً. إن العدد الذي ستحصل عليه هو عدد الأيام التي من المفترض أن تدوم فيها العبوة. (مثلاً، إذا كنت تأخذ أربع بخات يومياً من أصل ٢٠٠ بخة في العبوة، عندها يجب عليك إستبدال العبوة بأخرى جديدة بعد خمسين يوماً وهي المدة التي سنكفي فيها العبوة.)
- إستعمل التقويم السنوي، يمكنك إتباع الأيام لتتذكر متى يجب عليك تبديل العبوة بأخرى جديدة ، فلا تنقطع عن دواك اليومي. قم بوضع إشارة قبل يوم أو إثنين من التاريخ المفترض لتتذكر قبل نفاذ العبوة.
- إستعمل قلم ثابت لا يمحي لكتابة التاريخ على العبوة وكذلك على التقويم السنوي. إذا كنت تستعمل الدواء كعلاج للإنقاذ فأنت عندها لن تقوم