



Joint Commission International  
Quality Approval



Joint Commission International  
Quality Approval

## كيف تستعمل بخاخ الأنف بطريقة سليمة



## How to use Nasal Spray properly



مستشفى زليخة  
لأن صحتك غالية

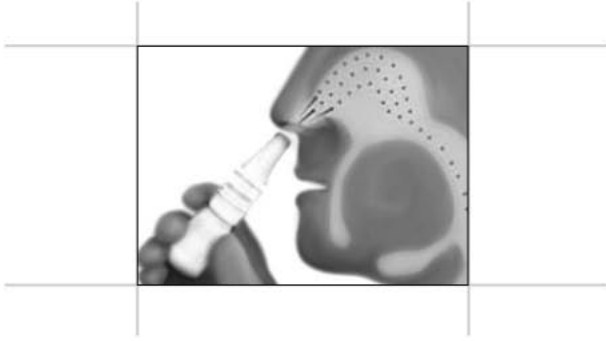
دبي: ص.ب. ٤٨٥٧٧، النهدة، إ.ع.م. هاتف: ٢٦٧٨٨٦٦ ٤  
الشارقة: ص.ب. ٤٥٧، الناصرية، إ.ع.م. هاتف: ٥٦٥٨٨٦٦ ٦  
E-mail: info@zulekhahospitals.com www.zulekhahospitals.com



Zulekha Hospital  
Your Health Matters

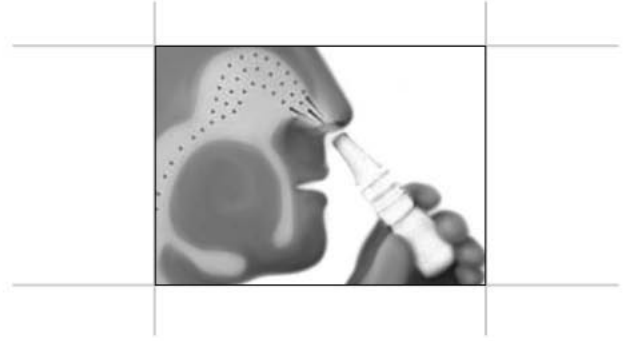
DUBAI: P. O. Box 48577, Al Nahda, U.A.E. Tel: 04 267 8866.  
SHARJAH: P. O. Box 457, Al Nasserya, U.A.E. Tel: 06 565 8866.  
E-mail: info@zulekhahospitals.com www.zulekhahospitals.com

## How to use Nasal Spray properly



1. Blow your nose gently.
2. Wash your hands thoroughly with soap and water.
3. Check the nozzle tip to make sure that it is not chipped or cracked.
4. Sit upright on a chair with head slightly bending down.
5. Shake the bottle well, open the cap.
6. Place two fingers on the flanges on either side of the nozzle and the thumb under the bottle.
7. Insert nozzle slightly inside the nostril, tilt the bottle towards the eye of the same side, and press the bottle once or twice as directed by the specialist.
8. Repeat for the other nostril, replace the cap and place the bottle in a cool place away from sunlight.
9. There is no need of inhaling or exhaling during application of nasal spray.
10. Wash your hands to remove any medication.

## كيف تستعمل بخاخ الأنف بطريقة سليمة



١. تنفّس زفيراً لتخرج الهواء من أنفك.
٢. اغسل يديك بالماء والصابون جيداً قبل كل شيء.
٣. تأكد من أن طرف عبوة البخاخ غير مقطوعة أو مكسورة.
٤. اجلس على كرسي وظهرك مستقيم ورأسك مائلاً قليلاً للأسفل.
٥. رج العبوة جيداً ثم إنزع الغطاء.
٦. ضع إصبعين من أصابع يدك على أعلى العبوة بجانب فتحة البخاخ وإصبع آخر تحت العبوة.
٧. قرب العبوة من فتحة الأنف، وأدخلها برفق في الفتحة، ثم رش مرة أو مرتين داخل فتحة الأنف تبعاً لإرشادات الطبيب.
٨. كرر نفس العملية لفتحة الأنف الأخرى، ثم أعد للعبوة غطاءها وإحفظها في مكان بارد بعيداً عن أشعة الشمس.
٩. لا داعي لأن تتنفس الشهيق أو الزفير خلال عملية الرش داخل أنفك.
١٠. أخيراً، اغسل يديك لإزالة أي دواء عالق بهما.