

- نفس خود را به آرامی بیرون دهید (تا جایی که می‌توانید هوای ریه‌ها را خالی کنید).
- دهانه اسپری را بین دندان‌های خود قرار داده و لب‌ها را محکم دور آن ببندید.
- گزینه دیگر (توصیه شده برای کودکان): از "دم یار (Spacer)" استفاده کنید. اسپری را در دم یار زده و سپس از دهانه آن تنفس کنید.



- همزمان با فشار دادن اسپری (پاف زدن)، یک نفس آرام، عمیق و طولانی بکشید. این کار بسیار مهم است تا دارو به اعماق ریه برسد.
- اسپری را از دهان خارج کرده و نفس خود را برای ۵ تا ۱۰ ثانیه حبس کنید تا دارو در ریه‌ها برسد.
- سپس به آرامی نفس خود را بیرون دهید.

سالبوتامول چیست و چه کاری انجام می‌دهد ؟

سالبوتامول یک داروی استنشاقی است که برای رفع سریع علائم تنگی نفس، خس خس سینه و حملات آسم استفاده می‌شود. این دارو با شل کردن عضلات مجاری تنفسی، راه‌های هوایی را باز می‌کند و تنفس را آسان‌تر می‌سازد

دستور مصرف: چگونه سالبوتامول را مصرف کنید؟

استفاده نادرست از اسپری باعث می‌شود دارو به گلو برسد و به ریه‌ها نرسد
بنابراین این مراحل را دقیقاً دنبال کنید:
الف) آماده‌سازی:

- درپوش اسپری را بردارید و آن را به خوبی تکان دهید.
- برای اولین بار استفاده یا اگر بیش از ۳ روز از اسپری استفاده نکرده‌اید، آن را به سمت هوا (دور از صورت) ۲ بار دهید تا مطمئن شوید دارو خارج می‌شود.

ب) روش صحیح استنشاق (هماهنگ کردن پاف و تنفس)

- صاف بایستید یا بنشینید. سر را کمی به عقب مایل کنید.



شبکه بهداشت و خدمات
درمان شهرستان بافت

اسپری سالبوتامول



تهیه کننده: زهرا علیرضایی کارشناس پرستاری
تایید کننده: خانم دکتر حمزه نژاد داروساز و مسئول
فنی داروخانه بیمارستان

خانم دکتر سلطانی داروساز و مسئول فنی داروخانه

کد سند: P-PH/C-T/66/01

تاریخ تدوین: ۱۴۰۴/۶/۳۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۶/۳۱

ج) در صورت نیاز به پاف دوم:

اگر پزشک برای شما بیش از یک پاف تجویز کرده است، ۳۰ تا ۶۰ ثانیه صبر کنید و سپس مراحل ۲ تا ۸ را تکرار کنید.

عوارض جانبی شایع (چه چیزهایی طبیعی است؟)

- لرزش دست‌ها (شایع‌ترین عارضه، مخصوصاً در ابتدای درمان)
 - تپش قلب یا ضربان قلب سریع
 - سردرد خفیف
 - بی‌قراری یا عصبی شدن
- این عوارض معمولاً موقت و خفیف هستند و پس از چند دقیقه از بین می‌روند. اگر بسیار شدید بودند یا ادامه پیدا کردند، با پزشک خود تماس بگیرید.

چه زمانی باید فوراً به پزشک مراجعه کرد؟

- (علائم هشدار)** اگر پس از استفاده از سالبوتامول، هر یک از علائم زیر را تجربه کردید، استفاده از دارو را متوقف کرده و فوراً به اورژانس مراجعه کنید:
- تنگی نفس شما بدتر شد یا بهبود نیافت.
 - علائم شما پس از ۴ پاف (در فواصل ۳۰-۲۰ دقیقه) بهبودی نشان نداد.
 - سرفه یا خس خس سینه جدید یا تشدید شده.
 - درد قفسه سینه.

- ضربان قلب بسیار سریع، نامنظم یا همراه با احساس لرزش شدید.
- احساس سبکی سر یا سرگیجه شدید

نگهداری و مراقبت از اسپری

- اسپری را در دمای اتاق و دور از نور مستقیم خورشید و گرما نگهداری کنید.
- همیشه درپوش محافظ را روی آن بگذارید تا از آلودگی و فشار و آسیب جلوگیری شود.
- شمارش پاف‌ها: بسیاری از اسپری‌ها دارای شمارنده هستند. حتماً تعداد پاف‌های باقی‌مانده را چک کنید. وقتی شمارنده به صفر نزدیک شد، یک قلم جدید تهیه کنید. اگر شمارنده ندارد، بعد از ۲۰۰ پاف (طبق دستورالعمل داخل جعبه) آن را تعویض کنید، حتی اگر هنوز پاف می‌زند.
- تمیز کردن: هر هفته یک بار دهانه فلزی اسپری را با یک دستمال خشک تمیز کنید. هرگز آن را نشویید یا داخل آب فرو نبرید.

خلاصه نکات کلیدی برای بیمار:

مقصود: برای رفع فوری تنگی نفس.

نحوه استفاده: تکان دهید -> بازدم -> پاف + دم

عمیق -> حبس نفس ۱۰ ثانیه -> بازدم آرام.

هشدار: استفاده مکرر (بیش از ۲ بار در هفته) نشانه خطر است و باید به پزشک گزارش شود.

عوارض: لرزش دست و تپش قلب شایع اما موقت است.

اورژانس: اگر بعد از ۴ پاف بهتر نشدید، به اورژانس مراجعه کنید.

همراه داشتن: همیشه اسپری سالبوتامول خود را به همراه داشته باشید