



طریقه استفاده ی صحیح از اسپری

تست کردن اسپری

قبل از استفاده از اسپری باید آن را تست نمایید. اسپری را بین دو انگشت شست و سبابه خود بگیرید و در پوش قسمت پایین آن را که نزدیک به انگشت شست می باشد را بردارید و با انگشت سبابه که در قسمت بالای اسپری قرار گرفته است یک پاف از آن رادر هوای آزاد بزنید تا از پربودن اسپری و صحیح کار کردن آن مطمئن شوید.



1- ابتدا در پوش اسپری را بردارید و در حالی که بین دو انگشتان گرفته اید، تکان بدهید.

2- نفستان را خارج کنید و اسپری را بین دندانهایتان قرار دهید.



3- لب هایتان را روی اسپری قرار دهید و با انگشت سبابه یک فشار از قسمت بالا روی اسپری بیاورید. در این هنگام اسپری به آرامی وارد ریه های شما می شود.



4- اسپری را از دهانتان بیرون بیاورید و نفستان را به مدت ده ثانیه نگه دارید و بعد از آن به آرامی شروع به تنفس نمایید.

5- بعد از استفاده از اسپری در پوش را روی قسمت تحتانی آن قرار دهید.

اگر برای اولین بار می خواهید از اسپری استفاده کنید بهتر است جلوی آینه این کار را انجام دهید.

بچه ها برای استفاده از اسپری، نیازمند کمک بزرگسالان می باشند.

هم در اطفال و هم در بزرگسالان میتوان از دمیار برای زدن اسپری استفاده کرد، البته در کودکان باسن پایین، استفاده از دم یار ضرورت بیشتری دارد.



تمیز کردن اسپری

اسپری را می‌توان یک بار در هفته تمیز نمایید. برای تمیز کردن آن در پوش و قسمت فلزی را از درون آن خارج کرده و قسمت‌های لاک‌ی اسپری را در درون آب ولرم و چند قطره ماده شوینده قرار داده و بعد از چند دقیقه خارج و کاملاً خشک نمایید.

References : 1. clinicalkey 2. mayoclinic 3. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 4. familydoctor 5. Betterhealth

تهیه شده در واحد آموزش سلامت بیمارستان افضل‌ی پور کرمان. بهار 1403

034 31328143