



### 1 薬の準備

残量を確認し、キャップを外します。  
吸入器を5回上下に振ります。



### 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

吸入器を歯でくわえ、ポンベを押すと同時に、2秒以上かけて吸入します。



### 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。