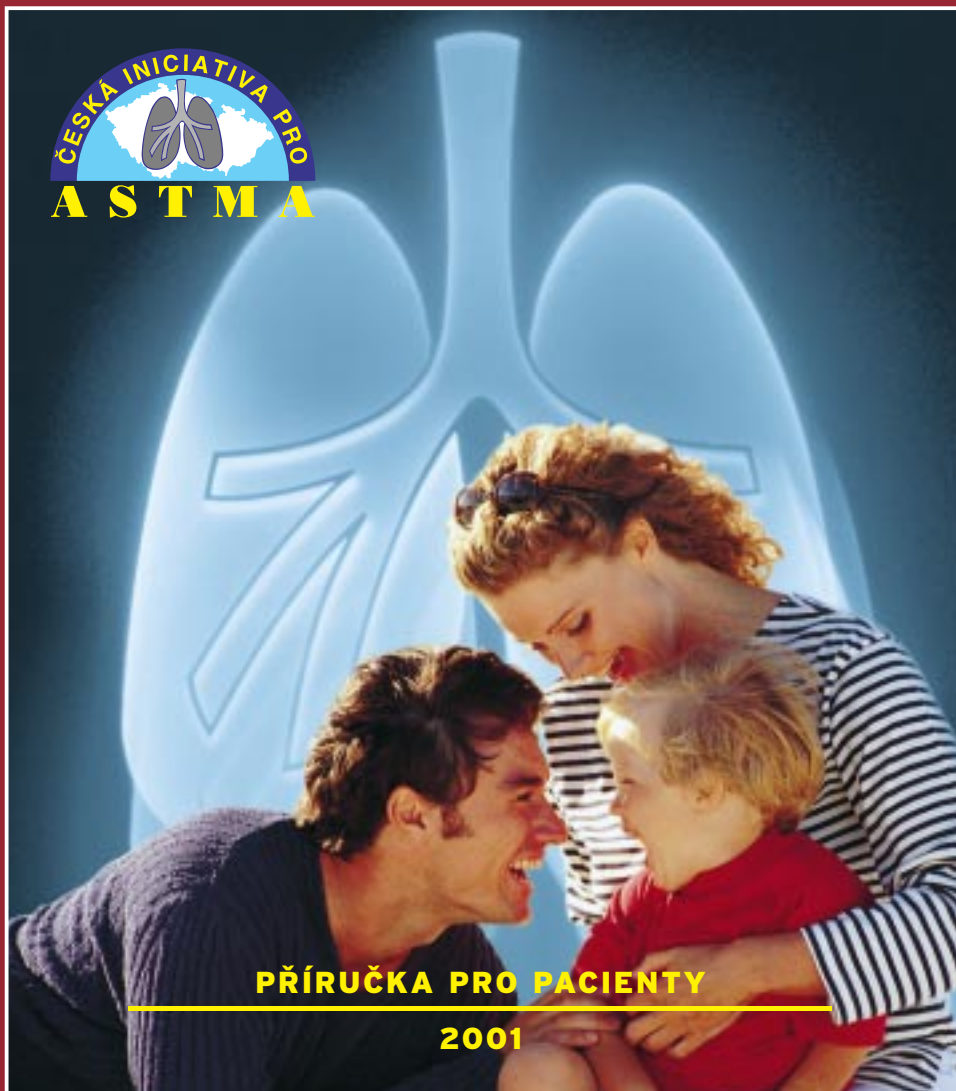


# CO MÁTE VY A VAŠE RODINA VĚDĚT O ASTMATU?



**PŘÍRUČKA PRO PACIENTY**

**2001**

**Co máte vy a vaše rodina  
vědět o astmatu?**

# Co máte vy a vaše rodina vědět o astmatu?

Příručka pro pacienty

Vydává: Česká iniciativa pro astma (ČIPA, o.p.s.),  
Sokolovská 31, 120 00 Praha 2



Tento dokument byl připraven s využitím publikace  
What Your Family Can Do About Asthma  
vydané NIH Publication pod č. 96-3659C v prosinci 1995.



GLOBAL INITIATIVE FOR ASTHMA

Odborná redakce českého vydání: prof. MUDr. Václav Špičák, CSc.,  
prim. MUDr. Viktor Kašák, as. MUDr. Petr Pohunek, CSc.

Technická redakce:	Jiří Sládeček
Titul:	ISIFA
Ilustrace + grafika:	Tomáš Kropáček
Sazba:	Jams
Vydání:	druhé, rozšířené
Náklad:	30 000 výtisků
Počet stran:	44
Tisk:	Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.
Místo a rok vydání:	Praha 2001
Nakladatelství Jalna	Valdštejnská 4, Praha 1

ISBN 80-86396-04-5

**Průduškové astma postihuje více než 5 % populace. Může vzniknout v kterémkoliv věku. Zvýšené riziko vzniku astmatu je v rodinách, kde se vyskytují alergická onemocnění (alergická rýma, ekzém).**

Česká iniciativa pro astma vás bude informovat a bude vám radit, jak s astmatem žít a dosáhnout kontroly nad ním. V mnohém záleží na každém nemocném, jakým způsobem a v jakém prostředí žije. Léky, které dostáváte, jsou účinné s vysokým stupněm bezpečnosti, ale výsledek záleží na tom, jak budete dodržovat pokyny k jejich podáváníí, jak budete spolupracovat.

Pročtěte si pozorně rady, které pro vás připravila Světová iniciativa pro astma (GINA) a Česká iniciativa pro astma (ČIPA).

**Vyzýváme vás ke spoluúčasti na léčbě. Vaše spolupráce vyžaduje především vůli astmatické onemocnění zvládnout a získat nad ním kontrolu.**

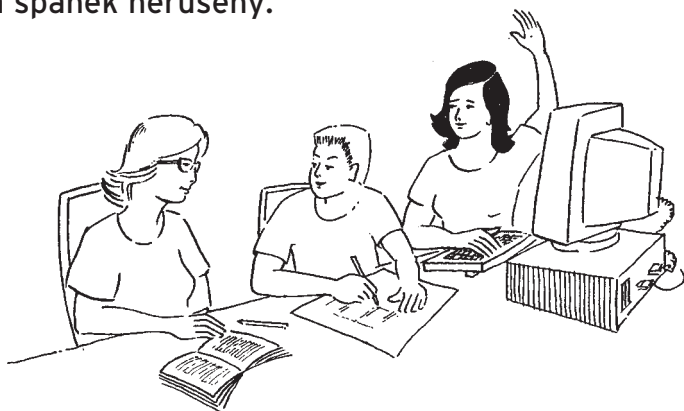


Najdete nás: [www.cipa.cz](http://www.cipa.cz)

Časopis: Alergie, Astma, Bronchitida

# Astma nelze zcela vyléčit, Ize je však účinně kontrolovat

Jestliže se astmatici naučí kontrolovat své onemocnění, mohou žít normálním aktivním životem, mohou chodit do školy, mohou pracovat, sportovat, jejich noci jsou klidné a spánek nerušený.

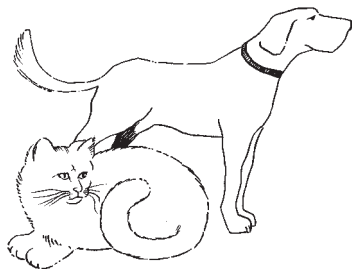


Za astma se nikdo nemusí stydět.

Olympijští vítězové, známé osobnosti, ale i mnozí ostatní lidé kolem vás žijí se svým astmatem úspěšně.

# Jak kontrolovat astma a zabránit vzniku astmatického záchvatu

1. Vyhněte se podnětům, které vyvolávají záchvaty kašle a dušnosti.



2. Při užívání léků dbejte důsledně rad lékaře. Naučte se techniku inhalace.



3. Lékaře navštěvujte pravidelně, i když nemáte obtíže a cítíte se dobře, minimálně dvakrát až třikrát do roka.



**Pokud víte, že někdo z vaší rodiny má astma, alergickou rýmu, ekzém nebo jinou alergii, můžete snížit riziko vzniku astmatu u svého dítěte, jestliže**

- nebudete kouřit během těhotenství,
- nebudete své dítě vystavovat tabákovému kouři,
- matraci dítěte povléknete speciálním povlakem, který nepropouští prach,
- nebudete doma chovat žádná zvířata.



# Astma je vleklé onemocnění, které často provází astmatika po celý život

Astmatici mohou mít dechové obtíže opakovaně, dlouhodobě, jindy se záchvat dušnosti náhle objeví a rychle vymizí.

Příznaky astmatického záchvatu jsou:



tíseň na hrudi



kašel



pískoty s dušností

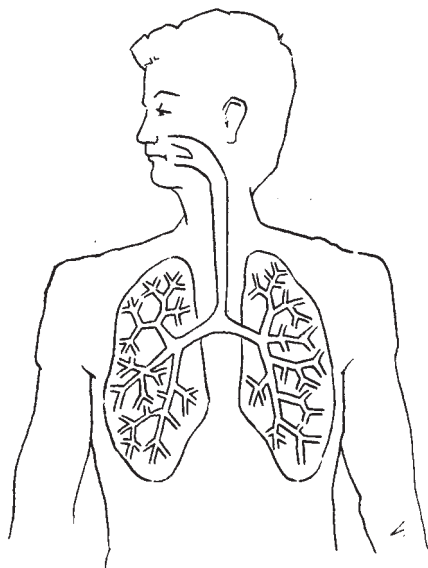
Některé záchvaty jsou mírné, jiné mohou mít velmi těžký průběh. Někdy může těžký astmatický záchvat ohrozit život.

Dušnost a kašel mohou narušovat spánek astmatika.



# Astma způsobuje vleklý zánět dýchacích cest

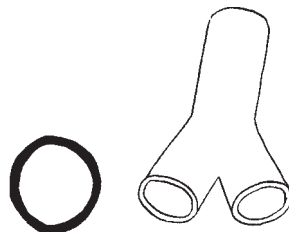
Astma může vzniknout v každém věku, není nakažlivé a často se vyskytuje i u více členů rodiny.



Dýchací cesty přivádějí vzduch do plic. Jako u stromu se větvi z kmene do malých větví a větviček.

Když je astma pod kontrolou, jsou dýchací cesty volné a proudění vzduchu nic nebrání.

Zdravé dýchací cesty jsou volné.

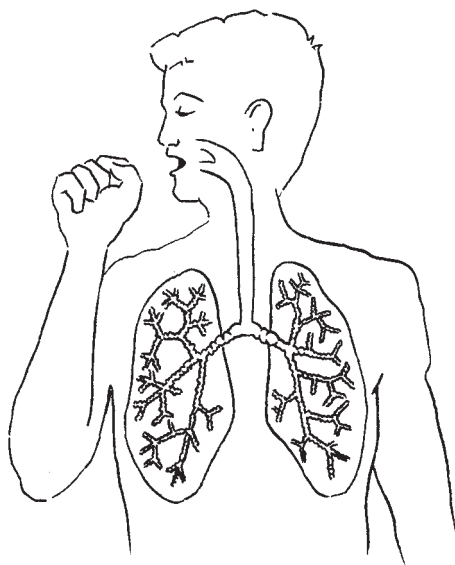


Průřez volnou průduškou:

Když není astma pod kontrolou, dýchací cesty jsou zúžené, oteklé, stěny průdušek jsou ztlustělé, ztrácejí pružnost.

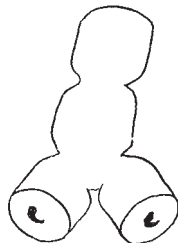
Hrozí nebezpečí častých záchvatů dušnosti

Během astmatického záchvatu se proudění vzduchu do plic a z plic zhoršuje. Dostavuje se kašel, pískavé dýchání a pocit tísně na hrudi.



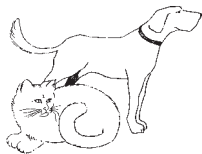
V astmatickém záchvatu se dýchací cesty mění:

- stěny jsou oteklé,
- průdušky se zužují, průchodnost se zhoršuje,
- tvoří se vazký hlen.

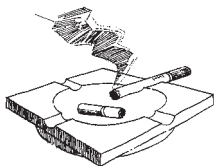


Průřez průduškou astmatika v astmatickém záchvatu:

# Astmatický záchvat vyvolává mnoho příčin



zvířata



cigaretový kouř



kouř z ohně



prach z postelí,  
peřin a polštářů



roztoci



silné dráždivé vůně  
a spreje



pyly stromů a trav



počasí



nachlazení



švábi



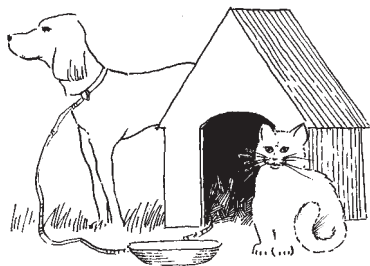
venkovní  
i domovní plísně



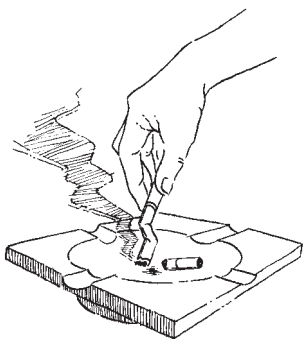
běh, sport,  
tělesná námaha

Všechny tyto podněty označujeme jako spouštěče astmatu.

# Vyvarujte se spouštěčů astmatu



- Mnozí astmatici jsou alergičtí na zvířata. Nepouštějte žádná zvířata do obytných prostor a vzdejte se jejich chovu.



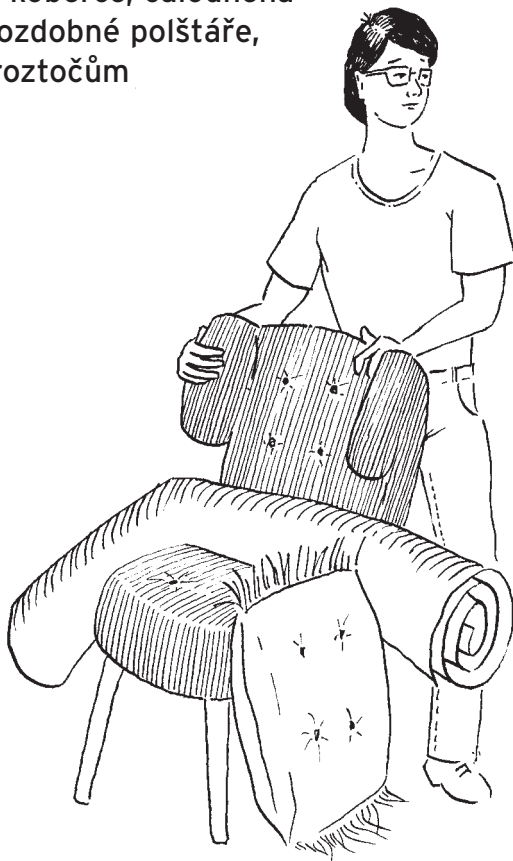
- V prostorách bytu a domu nekuřte. Snažte se přestat kouřit úplně.



- Nepoužívejte pronikavě vonící výrobky. Vyhněte se osvěžovačům vzduchu, parfémům, silně parfémovaným mýdlům, šampónům a kosmetickým přípravkům.

# Upravte ložnici astmatika

- Odstraňte závěsy a koberce, čalouněná křesla, přikrývky a ozdobné polštáře, ve kterých se daří roztočům a plísním.

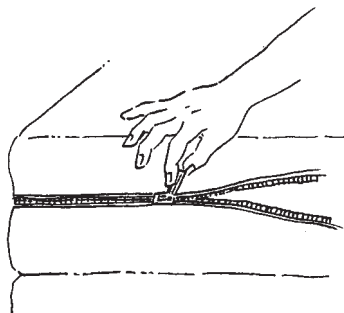


- Nedovolte, aby do ložnice a do postele měla přístup zvířata.
- V ložnici nekuřte a nepoužívejte pronikavě vonící přípravky.

# Úprava lůžka musí být jednoduchá

V matracích, příkrývkách, polštářích, závěsech a čalouněném nábytku se usazuje prach s roztoči, který většině astmatiků způsobuje obtíže.

- Nepoužívejte péřové polštáře a příkrývky.
- Povlečte matrace a polštáře speciálními povlaky, které nepropouštějí prach.



- Nepoužívejte slamníky.
- Perte povlaky a příkrývky v horké vodě (nad 60 °C) a sušte je na vzduchu.

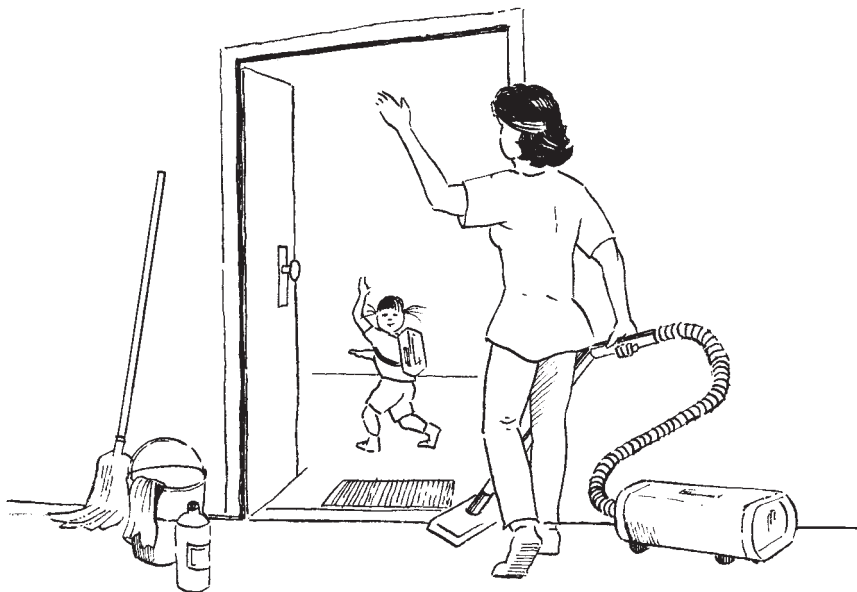
# Větrejte často a důkladně

- Jestliže je v uzavřených místnostech horko nebo dusno, často a důkladně větrejte.
- Odvětrávejte rovněž páru z vaření, výpary a pachy.



- Pokud topíte dřevem nebo tekutými palivy, mějte vždy pootvřené okno, abyste z místnosti odvětrali kouřové zplodiny.
- Zavírejte okna, když je venkovní vzduch znečištěn výfukovými plyny, prachem nebo pylly z trav a stromů.
- V noci vám pomůže čistička vzduchu.

# Činnosti, které nemáte provádět v přítomnosti astmatika



- zametání, utírání nebo vysávání prachu,
- malířské a lakýrnické práce,
- hubení hmyzu insekticidními spreji,
- používání chemických čisticích přípravků,
- vaření pronikavě vonících jídel.
- Za nepříznivých podmínek (pylová sezóna, smog) větrejte pouze v nepřítomnosti astmatika.
- Používejte pouze kvalitní vysavače s uzavřeným okruhem a filtry.

# Většina astmatiků potřebuje dva druhy léků k účinné kontrole svého onemocnění



1

Každý astmatik má mít k dispozici rychle účinný lék, který pomůže zastavit astmatický záchvat.



2

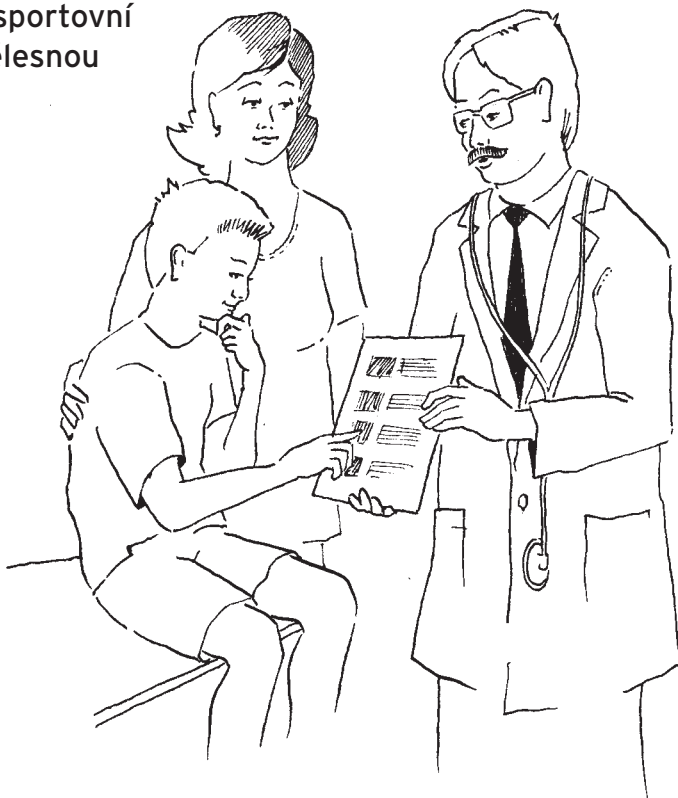
Většina pacientů užívá vedle rychle účinného léku také preventivní (protizánětlivé) léky v pravidelném denním režimu k ochraně dýchacích cest a zabránění vzniku astmatických záchvatů.

# Požádejte lékaře, aby vám napsal, jaké léky, kdy a jak máte užívat

1. Lékař vám sestaví váš léčebný plán.

2. V léčebném plánu má být uvedeno:

- který lék máte užít při astmatickém záchvatu,
- který preventivní (protizánětlivý) lék máte užívat pravidelně,
- který lék (v případě potřeby) máte užít před sportovní činností nebo tělesnou námahou.



# Preventivní léky jsou bezpečné i při dlouhodobém užívání

---

- Na preventivní léky nevzniká návyk, ani když jsou užívány dlouhodobě.
- Preventivní (protizánětlivé) léky odstraňují astmatický zánět dýchacích cest.



- Každodenní užívání preventivních (protizánětlivých) léků vám lékař předepíše, jestliže:
  1. kašlete, máte pískoty, tíseň na hrudi nebo dušnost častěji než 1x týdně,
  2. budíte-li se dušností nebo kašlem během noci častěji než 2x za měsíc,
  3. musíte-li použít rychle účinný lék k odstranění astmatického záchvatu častěji než 3x týdně.

# Svěřte se svému lékaři se všemi problémy, které se týkají vašich léků proti astmatu

■ Lékař může změnit lék nebo častost jeho užívání.

■ Lékaře navštěvujte alespoň dvakrát až třikrát ročně, a to i v případě, že nepocítujete žádné obtíže. Cílem vaší návštěvy u lékaře je kontrola účinnosti léčby a funkce plic. Bez pokynů lékaře si nikdy neměňte sami dávku preventivního (protizánětlivého) léku.



■ Během let se vaše astma může zlepšovat nebo zhoršovat. V závislosti na změně vašeho zdravotního stavu může lékař rozhodnout o změně léčby a předepsat vám jiné léky. Dávku preventivního (protizánětlivého) léku je možno snížit při stabilizaci stavu (vymizení příznaků a normální funkce plic) trvající alespoň 3-6 měsíců.

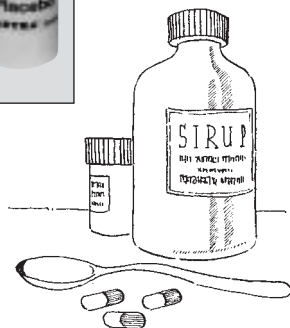
■ Lékaři hlašte i jiné léky, které vám byly předepsány, nebo které užíváte z jiných důvodů (srdeční, kloubní, oční onemocnění, cukrovka).

# Léky proti astmatu lze podávat různými způsoby

Lék proti astmatu se do dýchacích cest, které má léčit, nejnáze dostane inhalací (vdechnutím), k dispozici jsou aplikátory pro aerosolové i práškové formy. Některá rychle účinná antiastmatika jsou dodávána i v roztocích, které jsou určeny k inhalaci pomocí inhalátorů (nebulizátorů).

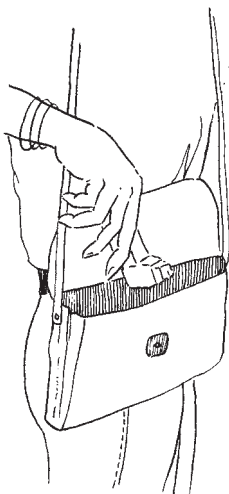


Léky proti astmatu mohou být rovněž v tabletách nebo v sirupu.



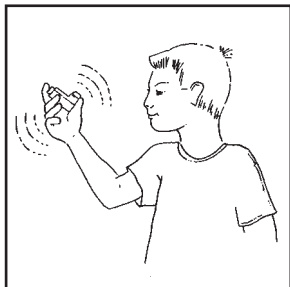
# Léky mějte vždy v zásobě

Nové léky si obstarajte dříve, než spotřebujete staré.



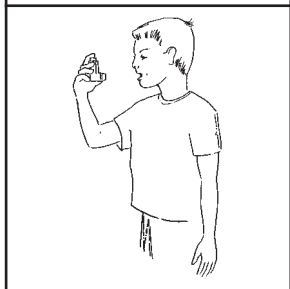
Rychle účinné léky noste vždy při sobě. Děti je mají mít po dohodě s učitelem ve škole.

# Jak používat dávkovaný aerosol

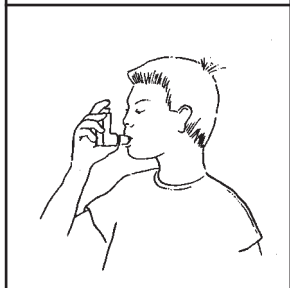


Pamatujte, že nádech musí být pomalý.

1. Odstraňte uzávěr a inhalátor protřepejte.

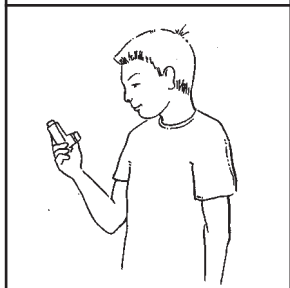


2. Hlavu držte zpříma a vydechněte. Nádobku držte dnem vzhůru.



3. Vložte náustek do úst, pomalu zhluboka nadechněte. Na počátku nádechu uvolněte dávku stiskem dna nádobky inhalátoru, nádech přitom nepřerušujte.

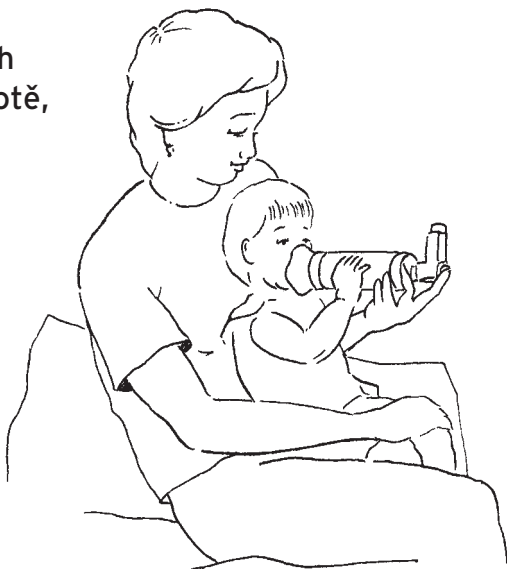
4. Po nádechu zadržte dech na 10 sekund.



5. Před inhalováním další dávky počkejte alespoň 30 sekund a opakujte celý postup.

# Použití inhalačního nástavce usnadňuje inhalaci dávkovaného aerosolu

1. Odstraňte uzávěr, inhalátor protřepte.
2. Vložte inhalátor náustkem do nástavce.
3. Náustek nástavce vložte do úst, sevřete rty a vstříkněte jednu dávku aerosolu.
4. Pomalu několikrát po sobě nadechněte a vydechněte do nástavce.
5. Podáváte-li další dávku léku, opakujte celý postup asi po 30 sekundách.
6. Všechny typy inhalačních nástavců udržujte v čistotě, 1x týdně je vymyjte.



Inhalačních nástavců se vyrábí několik typů. Některé nástavce mají jen náustek, jiné mají obličejovou masku.

# Při astmatickém záchvatu jednejte rychle



kašel



pískoty s dušností



tíseň na hrudi



noční probuzení



- Odstraňte spouštěcí příčinu záchvatu nebo se jí vyhněte.



- Použijte rychle účinný lék.



- Během první hodiny zůstaňte v klidu. Pokud dušnost během několika minut neustoupí, použijte opakovaně po 15-20 minutách rychle účinný lék a vezměte si nárazovou dávku celkově účinného hormonu (nejčastěji Prednison, Medrol) v tabletách podle svého osobního plánu.

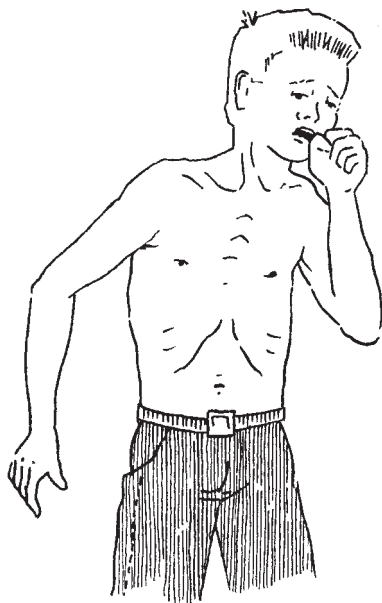
# Jestliže dušnost neustoupí, vyhledejte lékaře



- rty nebo konečky prstů promodrávají,
- nosní otvory se při dýchání široce rozevívají,
- mezižební prostory se při dýchání vtahují,
- tep je velmi rychlý.

Vyhledejte pomoc lékaře,  
pozorujete-li jakýkoliv  
z následujících příznaků:

- rychle účinný lék nepomáhá vůbec nebo jen na velmi krátkou dobu, dýchání je rychlé a ztížené,
- chůze nebo i mluvení jsou velice obtížné,



## Budte opatrní!

# Přílišné užívání rychle účinného léku proti astmatickým záchvatům vám může ublížit

Rychle účinný lék proti astmatu vám může na chvíli ulevit nebo zastavit záchvat. Při některých záchvatech můžete pociťovat zlepšení zdravotního stavu po užití většího množství nebo více dávek rychle účinného léku, avšak zánět dýchacích cest se stále zhoršuje. V takovém případě vám hrozí velmi těžký astmatický záchvat, který může ohrozit váš život.

- Jestliže užíváte rychle účinný lék každodenně, abyste zastavili astmatické záchvaty, znamená to, že potřebujete preventivní lék proti astmatu hojící zánět.
- Jestliže musíte užít rychle účinný lék k zastavení astmatických záchvatů častěji než čtyřikrát během jednoho dne, potřebujete lékařskou pomoc.



# Význam výdechoměru

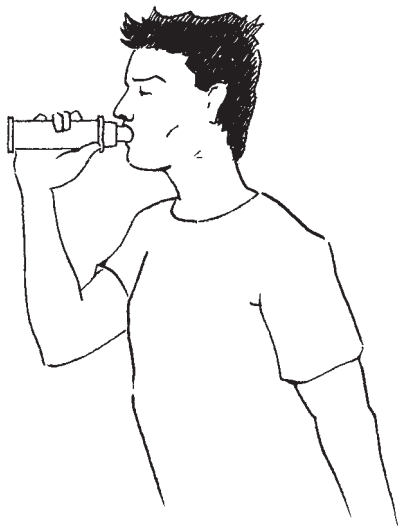
Měření výdechoměrem pomáhá

## ■ lékaři

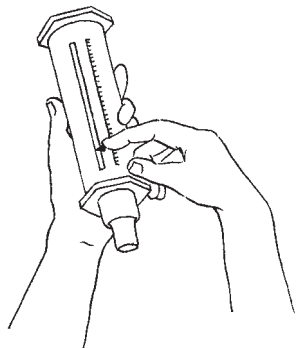
- potvrdit diagnózu astmatu,
- zhodnotit závažnost a tíži nemoci i tíži jednotlivého záchvatu,
- posoudit úroveň kontroly astmatu;

## ■ pacientovi

- sledovat průběh nemoci,
- rozpoznat stupeň zhoršení a ohrožení,
- rozhodnout se o léčebném postupu podle osobního plánu.



# Jak používat výdechoměr



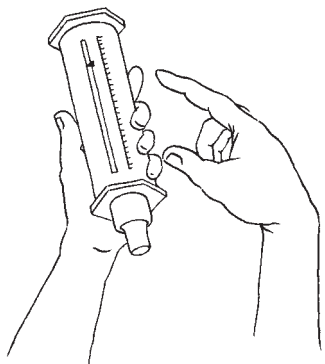
1. Nastavte šipku na dolní konec stupnice.



2. Postavte se a zhluboka se nadechněte. Držte výdechoměr tak, abyste nebránili šipce v pohybu.



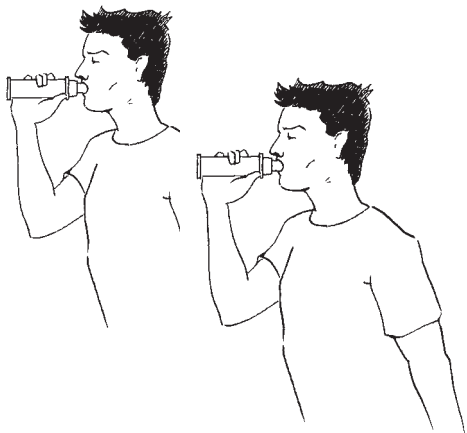
3. Vložte náustek výdechoměru pevně do úst, sevřete rty kolem náustku a prudce a co největší silou vydechněte.



4. Přečtěte ze stupnice naměřenou hodnotu. Šipku přesuňte zpět na dolní konec stupnice.



5. Naměřenou hodnotu si запиšte.

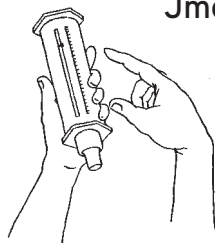


6. Měření zopakujte ještě dvakrát. Před dalším měřením vždy nastavte šipku na dolní konec stupnice. Zapište do záznamu nejvyšší naměřenou hodnotu.

Jméno pacienta: .....

Jméno lékaře: .....

Datum: .....

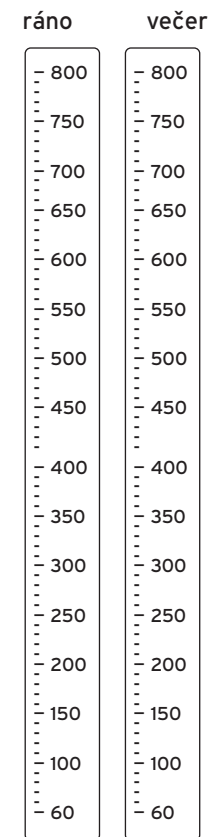
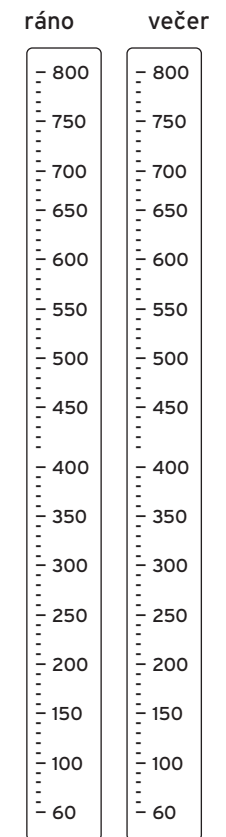
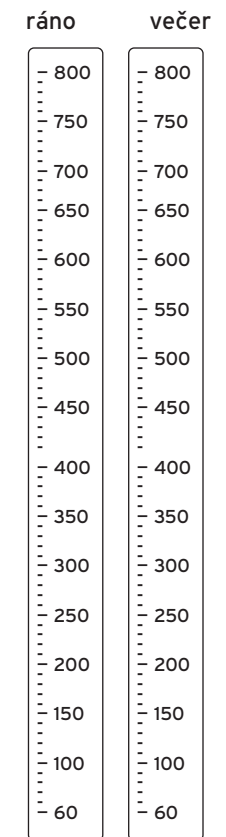
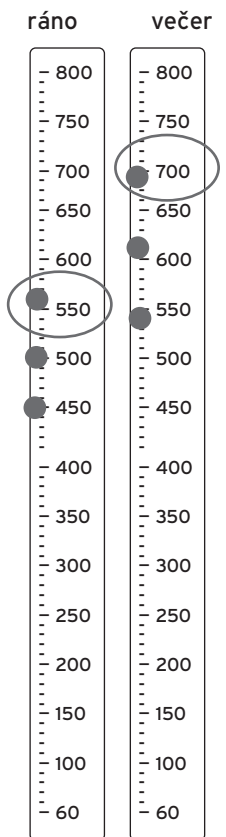


**Ukázkový den**

**1. den**

**2. den**

**3. den**



# Jak používat výdechoměr doma

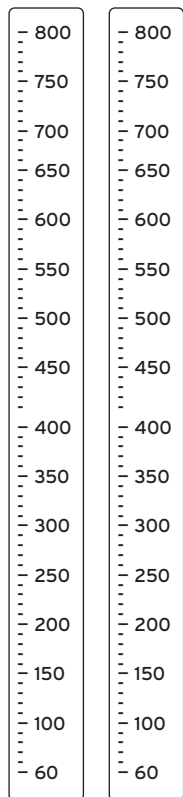


■ Každé ráno a každý večer nebo před použitím rychle účinného léku proveďte tři měření podle popsaného návodu.

■ Zaznamenejte nejvyšší ze tří pokusů.

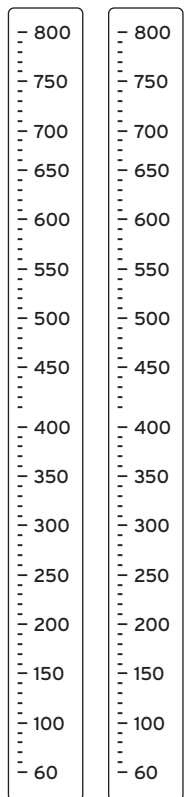
**4. den**

ráno      večer



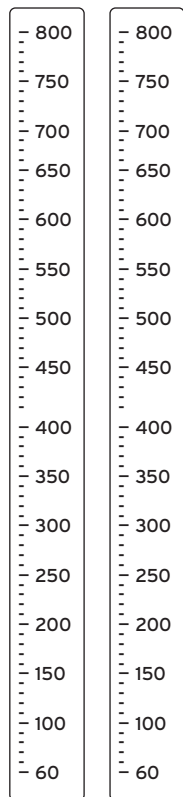
**5. den**

ráno      večer



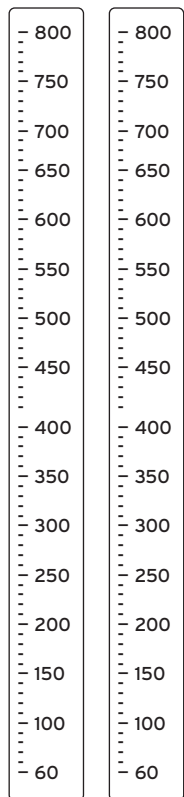
**6. den**

ráno      večer



**7. den**

ráno      večer



# Cílem léčby astmatu je kontrola nemoci

---

Astma je plně pod kontrolou, jestliže má pacient:

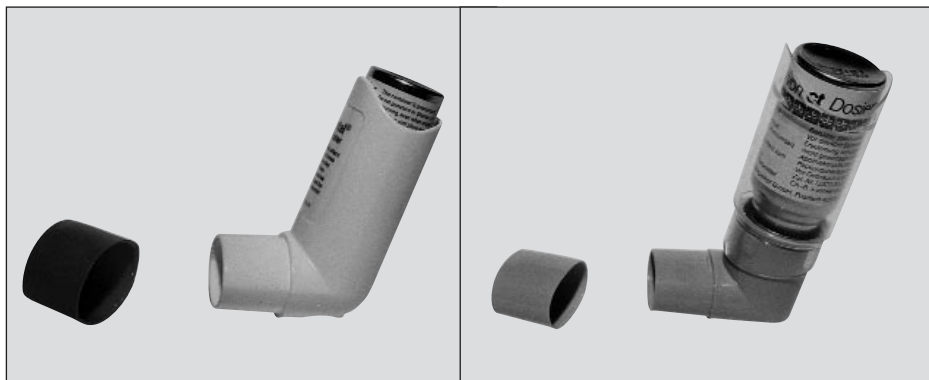
- minimální, v ideálním případě žádné příznaky, včetně příznaků nočních,
- minimální náhlé (akutní) obtíže,
- žádné stavy vyžadující okamžitou lékařskou péči,
- minimální potřebu rychle účinné léčby,
- neomezenou fyzickou aktivitu včetně sportu,
- normální nebo téměř normální funkci plic,
- minimální nebo žádné nežádoucí účinky léčby.

## Návody na používání inhalačních systémů:



Vždy pacientovi použití inhalátoru řádně předvedte.

# Jak používat dávkovací aerosol



1. Odstraňte uzávěr a inhalátor protřepte.
2. Klidně vydechněte.
3. Vložte náustek do úst a zvolna se zhluboka nadechněte. Na počátku nádechu uvolněte dávku stiskem nádoby inhalátoru, nádech při tom nepřerušujte.
4. Po nádechu zadržte dech na 10 sekund.
5. Před inhalací další dávky počkejte alespoň 30 sekund.

# Jak používat inhalační nástavec



Metoda inhalace vhodná hlavně pro děti a nespolupracující dospělé.

1. Odstraňte uzávěr, inhalátor protřepte a vložte do nástavce.
2. Vložte náustek pacientovi do úst, výdechové otvory v náustku musí zůstat volné.
3. Prsty jedné ruky pomozte utěsnit rty kolem náustku.
4. Dýchání z nástavce musí být pomalé a klidné. Při nádechu i výdechu je slyšet klapavý zvuk dosedajícího zpětného ventilu. Po ustálení dýchání stiskněte jednou nádobku dávkovače a nechte pacienta ještě několikrát klidně nadechnout a vydechnout.
5. Vyjměte náustek z úst. Podáváte-li ještě další dávku, vyčkejte nejméně 30 sekund.

# Jak používat inhalační nástavec s maskou



Metoda inhalace vhodná hlavně pro děti, nespolupracující dospělé a při podávání inhalačních kortikoidů.

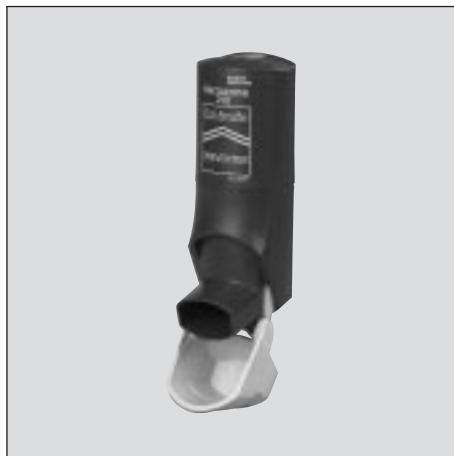
1. Odstraňte uzávěr, inhalátor protřepte a vložte do nástavce.
2. Přiložte pacientovi masku na obličej tak, aby zakrývala ústa i nos.
3. Dýchání z nástavce musí být pomalé a klidné. Po ustálení dýchání stiskněte jednou nádobku dávkovače a nechte pacienta ještě několikrát klidně nadechnout a vydechnout.
4. Sejměte nástavec z obličeje. Podáváte-li ještě další dávku, vyčkejte nejméně 30 sekund.
5. Pro školní děti a dospělé se používá většinou inhalační nástavec bez masky.

# Jak používat Easi-Breathe

1. Před použitím nádobku důkladně protřepejte pohybem nahoru - dolů.
2. Držte tlakovou nádobku dnem vzhůru a odklopte ochranný kryt ústního inhalátoru.
3. Nejprve normálně vydechněte a pak vložte do úst konec inhalátoru a pevně ho sevřete mezi rty.  
Zároveň se přesvědčte, že vaše ruce neucpávají otvory na dně nádobky a že ji stále držíte dnem vzhůru.



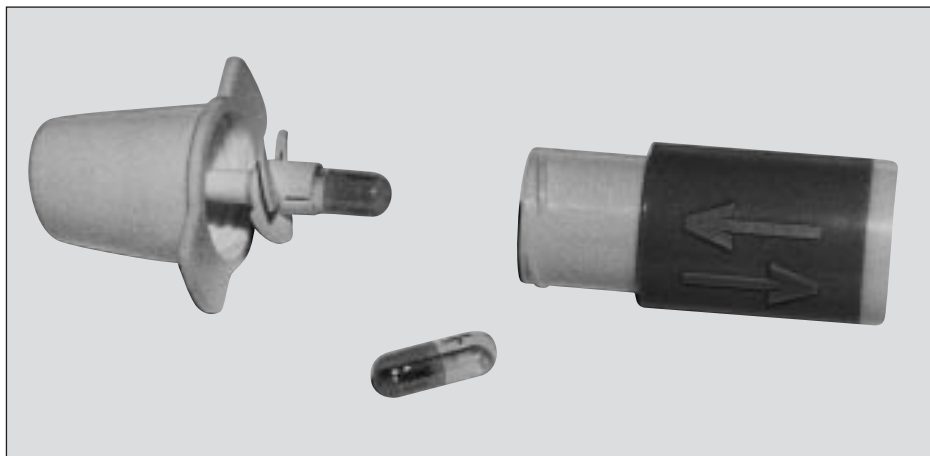
4. Nyní pomalu vdechujte skrz ústní inhalátor nebo přes krátký inhalační nástavec (Optimiser) nasazený na ústní inhalátor. Když dojde k uvolnění dávky přípravku, nepřestaňte vdechovat, pokračujte až do hlubokého nádechu!



5. Vyměňte inhalátor z úst a zadržte dech co nejdéle, nejméně však na 10 sekund. Pak pomalu vydechněte.
6. Po použití zaklopte ochranný kryt ústního inhalátoru za stálého držení nádobky dnem vzhůru.

7. Pokud máte předepsánu více než jednu dávku, počkejte nejméně 1 minutu a pak opakujte postup od bodu 1.
8. Je velmi důležité udržovat čistotu plastového obalu, zejména ústního inhalátoru, aby se zabránilo usazování prachu a nečistot.
  - Uchopte nádobku dnem vzhůru. Vyšroubujte horní část plastového obalu a sejměte ji. Tuto část však nikdy neomývejte!
  - Vytáhněte hliníkovou nádobku. Nádobka nesmí přijít do kontaktu s vodou.
  - Dolní část plastového obalu s ústním inhalátorem opláchněte teplou vodou a důkladně vysušte.
  - Po vysušení vraťte nádobku do spodní části plastového obalu, zaklopte ochranný kryt ústního inhalátoru a zašroubujte horní část plastového obalu.

# Jak používat Spinhaler



1. Držte Spinhaler svisle a odšroubujte horní část.
2. Vložte kapsli žlutou stranou do držáku na vrtulce.
3. Složte opět obě části dohromady a alespoň dvakrát stáhněte šedou manžetu nahoru a dolů. Tím se kapsle otevře.
4. Vydechněte klidně, zakloňte hlavu, vložte Spinhaler do úst a nadechněte rychle a zhluboka.
5. Vyjměte Spinhaler z úst a zadržte dech asi na 10 sekund.

# Jak používat Aerolizer



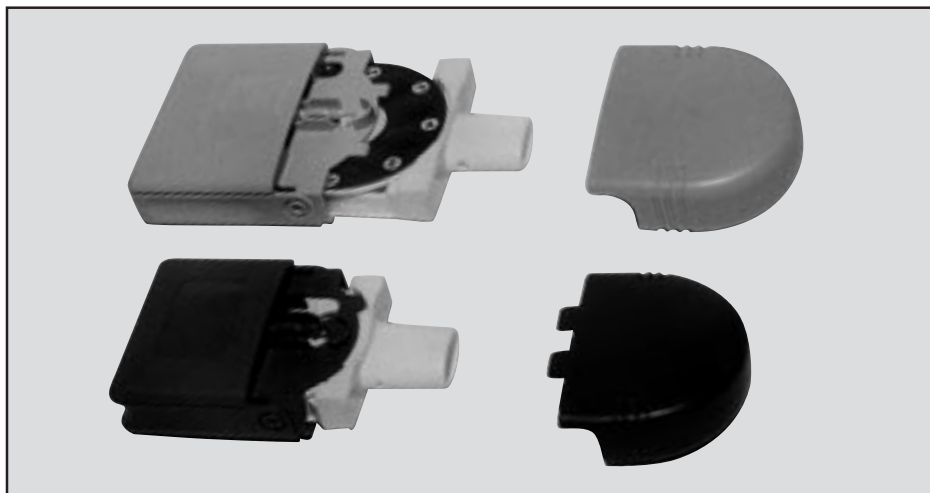
1. Stáhněte kryt inhalátoru.
2. Pevně držte základnu inhalátoru. Otočte ústní část ve směru šipky.
3. Vložte kapsli do komůrky v základně inhalátoru. (Kapsli uvolněte z blistru až těsně před vložením do inhalátoru!)
4. Otočte ústní část zpět proti směru šipky až zapadne se zřetelným klapnutím.
5. Držte inhalátor svisle (vertikálně). Stiskněte obě postranní tlačítka (uslyšíte zřetelný zvuk při propíchnutí kapsle). Obě tlačítka opět pusťte.
6. Zhluboka vydechněte. Vložte inhalátor do úst a pevně ho sevřete rty. Rychle, zhluboka vdechněte. Prášek z kapsle proudí do dýchacích cest (sledujte bzučivý zvuk). Zadržte dech a vyjměte inhalátor z úst. Pomalu vydechněte.
7. Otevřete inhalátor a zkontrolujte, zda jste vdechli všechny prášek z kapsle. Pokud ne, opakujte krok 6. Odstraňte prázdnou kapsli, uzavřete ústní část a nasadte kryt. V případě potřeby očistěte inhalátor přiloženou pinzetou nebo suchou utěrkou.

# Jak používat Inhalátor M

1. Otevřete náustek (bílou část) inhalátoru a nastavte zásobník tak, aby číslice 6 byla nad značkou šipky. Vložte do každého otvoru kapsli a po naplnění otvorů inhalátor uzavřete.
2. Držte inhalátor náustkem vzhůru a stiskněte co nejvíce bílé tlačítko. Stiskem tlačítka se rozřízne kapsle na obou koncích a účinná látka se tak uvolní k inhalaci.
3. Vydechněte zhluboka mimo inhalátor. Pak sevřete rty náustek a pomalu se z inhalátoru zhluboka nadechněte. Nádech dvakrát zopakujte. Nevydechujte do inhalátoru, vlhkost z vašeho dechu se uvnitř inhalátoru může srazit.
4. Pro další inhalaci otočte zásobníkem proti směru hodinových ručiček na nejbližší číslici, až uslyšíte cvaknutí a číslice se objeví nad šipkou.
5. Po inhalaci poslední kapsle odklopte náustek a vysypte prázdné kapsle.



# Jak používat Diskhaler



1. Sejměte kryt náustku. Vytáhněte bílou vložku, stlačte pojistky na stranách a vložku zcela vyjměte.
2. Vložte do otáčivého držáku disk s lékem, očíslovanou fólií nahoru, a vložku zasuňte zpět.
3. Přidržte vložku na okrajích, vytáhněte nadoraz a opět zasuňte. Tím se disk otočí a v okénku se objeví číslo. Otáčejte diskem, dokud se neobjeví číslo 4 nebo 8. Disk obsahuje čtyři nebo osm dávek, a v okénku tak lze sledovat počet dávek zbývajících.
4. Držte Diskhaler vodorovně, odklopte zadní část víčka do svislé polohy, až nadoraz. Tím se propíchnou jedno okénko v disku a uvolní dávka. Víčko opět sklopte.
5. Držte Diskhaler vodorovně. Klidně vydechněte mimo inhalátor, vložte náustek do úst. Malé otvory na stranách náustku musí zůstat odkryté. Nadechněte ústy rychle a zhluboka.
6. Vyjměte Diskhaler z úst a zadržte dech asi na 10 sekund.

# Jak používat Diskus

1. Držte vnější tmavší kryt jednou rukou a palcem druhé ruky pootočte vnitřní kryt, dokud neuslyšíte kliknutí.
2. Natahujte páčku, dokud neuslyšíte kliknutí.
3. Dříve než přiložíte inhalátor Diskus k ústům, co nejvíce vydechněte. Pak přiložte ke rtům náustek a zvolna a zhluboka se nadechněte přes inhalátor. Inhalátor odložte a asi na 10 sekund zadržte dech. Potom pomalu vydechněte.
4. Vnitřní světlejší kryt pootočte zpět, dokud neuslyšíte kliknutí. Páčka se automaticky vrátí do původní polohy a je znovu nastavena k podání další dávky.



# Jak používat Easyhaler

1. Otevřete ochranný obal. Jestliže používáte inhalátor bez ochranného obalu, sundejte krytku náustku.
2. Před inhalací inhalátor důkladně protřepejte. Po protřepání držte inhalátor ve svislé poloze.
3. Pro odměření dávky stiskněte jednou inhalátor mezi prsty, dokud neuslyšíte cvaknutí. Nechte inhalátor vrátit do původní polohy a držte jej neustále svisle. Pozor! Pokud se domníváte, že jste odměřili více než jednu dávku, odstraňte dávku z náustku poklepáním proti dlaně nebo desce stolu. Potom opakujte postup od bodu 2.
4. Inhalujte dávku léku podle následujících pokynů:
  - nejprve se normálně nadechněte a vydechněte,
  - vložte náustek do úst a pevně jej sevřete rty,
  - zhluboka se nadechněte skrz náustek,
  - uvolněte inhalátor z úst a zadržte na 5 až 10 sekund dech.
5. Uzavřete ochranný obal. Jestliže používáte inhalátor bez ochranného obalu, nasadte nazpět krytku náustku.
6. Pečlivě si vypláchněte ústa vodou, vodu nepolykejte, ale vyplivněte. Lék, který se zachytí v ústech by byl zbytečně spolknut.
7. Čistění: Náustek může být očištěn suchou látkou. Nikdy nepoužívejte vodu!



# Jak používat Turbuhaler



1. Odšroubujte a sejměte bílý kryt. Držte Turbuhaler svisle a otočte barevným kroužkem na spodní straně jednou doprava a zpět doleva až po zarážky, při druhém otočení uslyšíte cvaknutí.
2. Klidně vydechněte, vložte náustek do úst a nadechněte co nejvíce zhluboka.
3. Vyjměte Turbuhaler z úst a zadržte dech asi na 10 sekund.

## Partneři ČIPA



## Hlavní partneři

---

AstraZeneca 



Boehringer  
Ingelheim



GlaxoSmithKline



MSD



NOVARTIS



Schering-Plough

## Partner

---



Pharma