

## RECOMENDACIONES DE AUTOCUIDADOS AL PACIENTE CON TERAPIA CON INHALADORES DE POLVO SECO

### ¿Qué son los INHALADORES?

Son dispositivos que contienen diferentes tipos de fármacos, como broncodilatadores y corticoesteroides, para administrarlos por vía inhalada y que hagan su acción en el sistema respiratorio (pulmones).



### ¿Por qué debe aprender a usarlos correctamente?

Para que los fármacos lleguen al sistema respiratorio y hagan su efecto es necesario cumplir siempre el tratamiento y realizar una correcta técnica de inhalación, que dependerá del tipo de dispositivo indicado.



### Limpieza y mantenimiento: Inhaladores de polvo seco

- Siga siempre las recomendaciones del fabricante indicadas en el prospecto.
- Conserve su inhalador en un lugar alejado de la humedad. Manténgalo tapado para evitar que se depositen en su interior elementos indeseados (como polvo, etc.).
- Una vez a la semana debe limpiar su inhalador con un paño seco.
- Nunca limpiarlo con agua ya que podría apelmazar las partículas que contiene.

### Recomendaciones de autocuidado

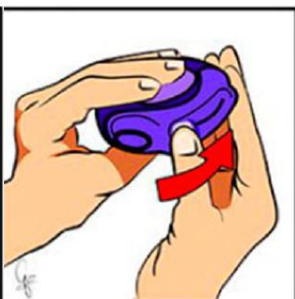
- ✓ Cumpla siempre la pauta horaria indicada. Busque alguna actividad que le recuerde que debe realizar la inhalación.
- ✓ Si tiene que realizar otra inhalación, espere 30 segundos y después repita todos los pasos de la técnica.
- ✓ Es muy importante que se enjuague la boca y haga gárgaras con agua, sin tragar, después de realizar la inhalación.
- ✗ No abandone el tratamiento mientras no se lo indique su médico.
- ✗ No espire dentro de los dispositivos de inhalación de polvo seco ya que se perderá la dosis cargada.



Técnica de inhalación: Inhaladores de polvo seco (Accuhaler® y Turbuhaler®)



1. ABRIR: DESLIZAR HASTA OIR UN CLIC.



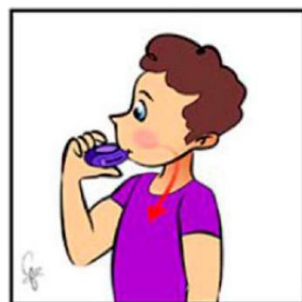
2. DESLIZAR LA PALANCA HASTA OIR UN CLIC.



1. RETIRAR EL TAPÓN.



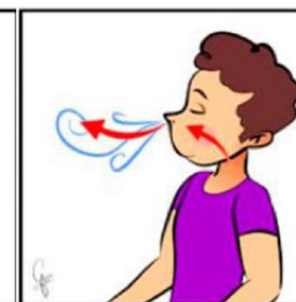
2. GIRAR LA BASE A UN LADO Y A OTRO HASTA OIR UN CLIC.



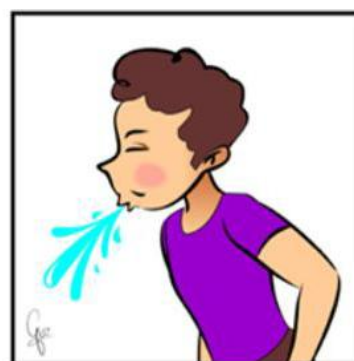
3. PONER EL INHALADOR EN LA BOCA Y COGER AIRE FUERTE Y PROFUNDAMENTE.



4. AGUANTAR LA RESPIRACIÓN 10 SEGUNDOS.



5. SOLTAR EL AIRE LENTAMENTE POR LA NARIZ. TAPAR EL INHALADOR.



6. REALIZAR UN ENJUAGUE BUCAL Y GÁRGARAS CON AGUA, SIN TRAGAR.

Mediante estos sencillos consejos conseguirá realizar correctamente la técnica de inhalación requerida. Si tiene alguna duda o pregunta, no dude en consultar con sus profesionales sanitarios.

Fuente de las ilustraciones: Guzmán Rodríguez (<http://centrodesaluddeaguimes.com>)