

# ขั้นตอนการใช้ยาสูดพ่น ทางปากชนิด METERED- DOSE INHALER (MDI)

จัดทำโดย ภก.ณัฐวัฒน์ ทองหน้าศาล และคณะ



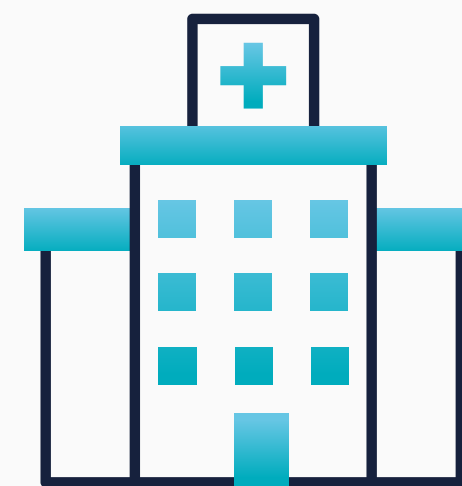


# ขั้นตอนการฟื้นฟูยาแบ่งออกเป็น 3 ส่วนดังนี้

1. ขั้นตอนการเตรียมยา
2. ขั้นตอนการสูดยา (เทคนิคสำคัญ)
3. ข้อปฏิบัติเพิ่มเติมหลังฟื้นฟูยา

# ขั้นตอนการเตรียมยา

1. ถอดฝาครอบ: ถอดฝาครอบปากหลอดพ่นยาออก ตรวจสอบสิ่งแปลกปลอมรอบๆ ปากหลอดพ่น
2. เขย่าหลอดยา: ถือหลอดยาในแนวตั้ง (ให้ปากกระบอกยาอยู่ด้านล่าง ที่กดยาอยู่ด้านบน) แล้วเขย่าขึ้น-ลง 4-5 ครั้ง เพื่อให้ตัวยาผสมเข้ากันดี
3. เตรียมลมหายใจ: นั่งตัวตรงหรือยืนขึ้น หายใจเข้า-ออกปกติ จากนั้นหายใจออกทางปากให้สุดเต็มที่ (ระวังอย่าหายใจออกใส่เข้าไปในปากหลอดพ่นยา)





# ขั้นตอนการสูดยา (เทคนิคสำคัญ)



- 1.อมปากหลอดพ่น: ใช้ริมฝีปากอมรอบปากหลอดพ่นยาให้สนิท ห้ามให้มีช่องว่าง และระวังอย่าให้ลิ้นหรือฟันอุดบังช่องพ่นยา หรือสามารถถือห่างจากปากประมาณ 2 นิ้วมือได้เช่นกัน
- 2.กดพร้อมสูด: กดที่พ่นยา 1 ครั้ง พร้อมกับเริ่มสูดหายใจเข้าทางปากช้าๆ และลึกๆ ทันที (ใช้เวลาสูดเข้าประมาณ 3-5 วินาที เพื่อให้ละอองยาลงไปถึงปอดได้ลึกที่สุดและลดการตกค้างในช่องปาก)
- 3.กลืนหายใจ: เอากระบอกยาออกจากปาก ปิดปากให้สนิท แล้วกลืนหายใจไว้นาน 10 วินาที (หรือนานที่สุดเท่าที่จะทำได้) เพื่อให้ตัวยาตกตะกอนและดูดซึมเข้าสู่ปอด
- 4.ผ่อนลมหายใจ: ผ่อนลมหายใจออกทางจมูกหรือปากช้าๆ ตามปกติ

# ขั้นตอนการใช้ยาสูดพ่น MDI (METERED-DOSE INHALER)



## เตรียมยา (Prepare Medicine)



1. ถอดฝาครอบ  
(Remove Cap)

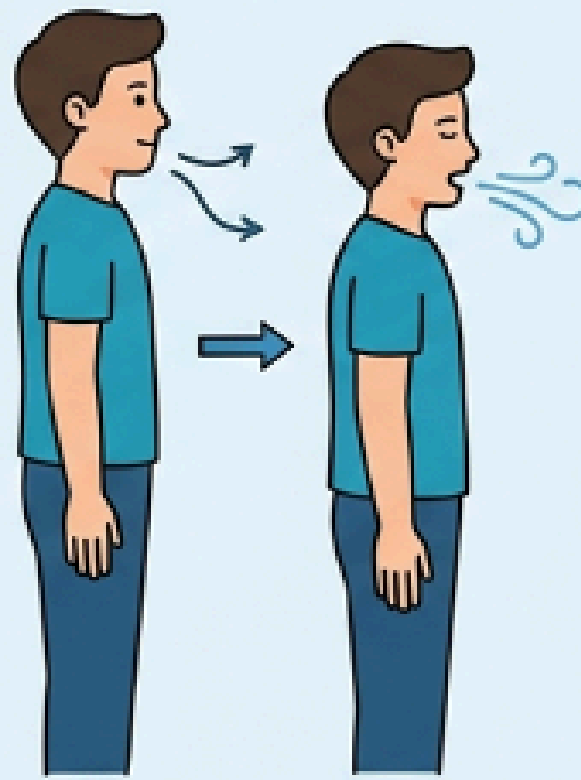


2. เขย่าหลอดยา 4-5 ครั้ง  
(Shake well 4-5 times)



## หายใจออก (Breathe Out)

หายใจออกทางปากให้สุดเต็มที่  
(Exhale fully)



หายใจออกทางปากให้สุดเต็มที่  
(Exhale fully)



## อมและกดพร้อมสูด (Insert, Press & Inhale)

1. อมรอบปากหลอดให้สนิท  
(Create tight seal)



1. อมรอบปากหลอดให้สนิท  
(Create tight seal)

2. กดพ่นยา 1 ครั้ง  
(Press canister)

3. พร้อมสูดหายใจเข้าช้าๆ ลึกๆ  
(Breathe in slowly and deeply)



## กลั้นหายใจและบ้วนปาก (Hold Breath & Rinse)



1. กลั้นหายใจประมาณ 10 วินาที  
(Hold breath 10 sec)



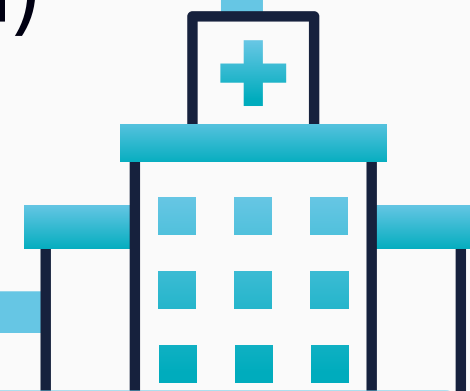
2. บ้วนปาก กลั้วคอกด้วยน้ำสะอาด  
(Rinse mouth and gargle with water)



# ข้อปฏิบัติเพิ่มเติมหลังพ่นยา



- \* หากต้องพ่นซ้ำครั้งที่ 2: ให้เว้นระยะห่างจากครั้งแรก 1-2 นาที แล้วจึงเริ่มทำตามขั้นตอนการเขย่าและพ่นใหม่อีกครั้ง
- \* กรณีใช้ยาพ่น 2 ชนิดร่วมกัน: ให้เว้นระยะห่างจากยาชนิดแรกประมาณ 5 นาที
- \* กลั้วปากและคอตลอดทุกครั้ง: หลังพ่นยาเสร็จสิ้น ให้บ้วนปากและกลั้วคอตลอดด้วยน้ำสะอาด แล้วบ้วนทิ้ง โดยเฉพาะยากลุ่มสเตียรอยด์ เพื่อป้องกันอาการปากแห้ง เสียงแหบ และลดความเสี่ยงการเกิดเชื้อราในช่องปาก
- \* ทำความสะอาดอุปกรณ์: เช็ดทำความสะอาดปากหลอดพ่นด้วยกระดาษทิชชูแห้งให้สะอาด แล้วปิดฝาครอบกลับคืนให้เรียบร้อย (ห้ามนำตัวถังเหล็กด้านในไปล้างน้ำ)



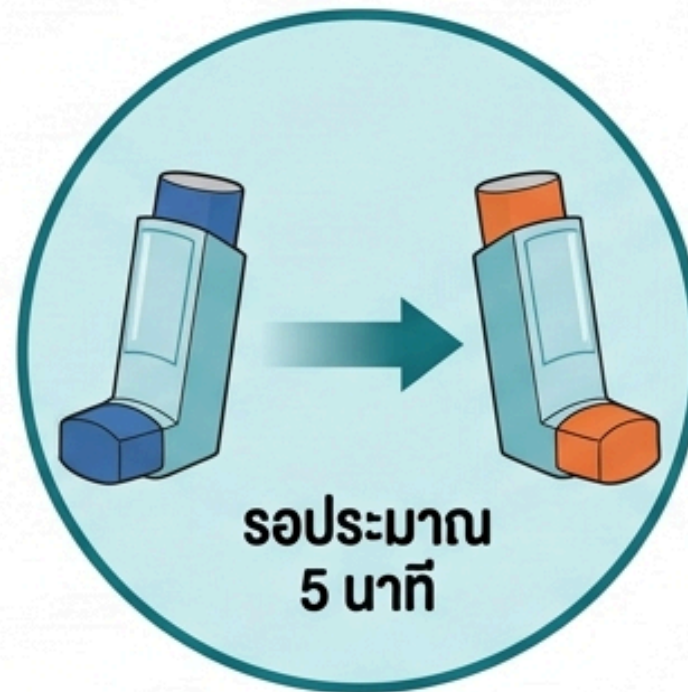
# ขั้นตอนปฏิบัติเพิ่มเติมหลังการใช้ยาพ่น (MDI)

1. กรณีพ่นยาซ้ำครั้งที่ 2



เว้นระยะห่างจากครั้งแรก 1-2 นาที  
แล้วจึงเริ่มทำตามขั้นตอนใหม่

2. กรณีใช้ยาพ่น 2 ชนิด



เว้นระยะห่างจากยาชนิดแรก  
ประมาณ 5 นาที

3. กลั้วปากและคอตลอด



บ้วนปากและกลั้วคอตลอด  
น้ำสะอาดแล้วบ้วนทิ้ง  
เพื่อป้องกันอาการปากแห้ง  
เสียงแหบ และลดความเสี่ยง  
การเกิดเชื้อราในช่องปาก

4. ทำความสะอาดอุปกรณ์



เช็ดทำความสะอาดปากหลอดพ่น  
ด้วยกระดาษทิชชูแห้งให้สะอาด  
แล้วปิดฝาครอบกลับคืนให้เรียบร้อย  
(ห้ามนำตัวถึงเหล็กด้านในไปล้างน้ำ)





# THANK YOU

จัดทำโดย ภก.ณัฐวัฒน์ ทองหน้าศาล และคณะฯ