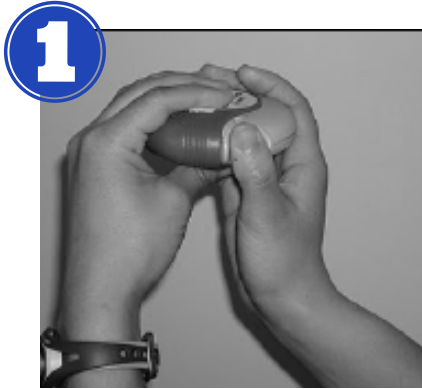


HOW TO USE YOUR DISKUS



1
Stand up. Hold the Diskus **flat**. Put your thumb in the holder and push away until it clicks to uncover the mouthpiece.



2
Slide the lever back until it **clicks**. Remember to keep your Diskus **flat**.



3
Breathe out all the air in your lungs.



4
Put the Diskus in your mouth keeping it flat. Take a **BIG, DEEP, FAST** breath in.



5
Take the Diskus out of your mouth and **hold your breath**. Count to 10 slowly.



6
Close the Diskus to cover the mouthpiece. **Breathe out slowly**.



7
Rinse mouth out with water and gargle. Do not swallow.

Tips:

Keep your Diskus in a cool, dry place.
Do not shake your Diskus.
Do not get your Diskus wet.
Do not blow into your Diskus

CÓMO USAR UN DISKUS



1
Párate. Toma el Diskus en una posición **plana**. Pon tu pulgar en el espacio para sostenerlo y jálalo hasta que haga clic para destapar la boquilla.



2
Desliza la palanca hasta que haga clic. Recuerda mantener el Diskus plano.



3
Saca **TODO** el aire de tus pulmones.



4
Pon el Diskus en la boca y respira **PROFUNDO Y RÁPIDAMENTE.**



5
Saca el Diskus de tu boca y **aguanta a respiración**. Cuenta hasta 10 lentamente.



6
Cierra el Diskus para cubrir la boquilla. Exhale lentamente.



7
Enjuágate la boca con agua y haz gárgaras. No lo tragues.

Consejos:

Guarda tu Twisthaler en un lugar frío y seco.

No agites tu Twisthaler.

No mojes tu Twisthaler.

No soples dentro de tu Twisthaler.