

CÓMO USAR TU INHALADOR Y ESPACIADOR



1. Párate.
2. Quítale la tapadera y asegúrate que la apertura esté limpia.
Agita el inhalador por 5 segundos.



5. Respira **despacio y profundamente**.
Si oyes un silbido, respira más despacio.
No respires por la nariz.



3. Coloca el inhalador dentro del espaciador.



6. Quítate el espaciador de la boca y aguanta la respiración.
Cuenta despacio hasta 10.



4. Saca todo el aire de tus pulmones.



7. Saca el aire lentamente como si estuvieras tratando de enfriar la sopa en una cuchara.



5. Coloca el inhalador dentro de la boca y **cierra bien** tus labios alrededor de la boquilla.

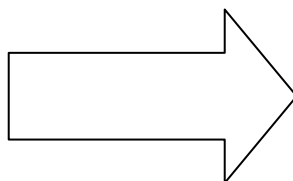
Rocía **un spray** dentro del espaciador.

¿Necesitas 2 inhalaciones?

Espera 60 segundos y repite todos los pasos.

Siempre usa tu inhalador con un espaciador.
Lleva la cuenta de las dosis si tu inhalador no tiene contador.

Si tu inhalador es nuevo
Si hace 2 semanas que no usas tu inhalador
Si se te cae tu inhalador



Entonces
Necesitas “preparar” tu inhalador. Rocía **4 sprays** al aire antes de usarlo.