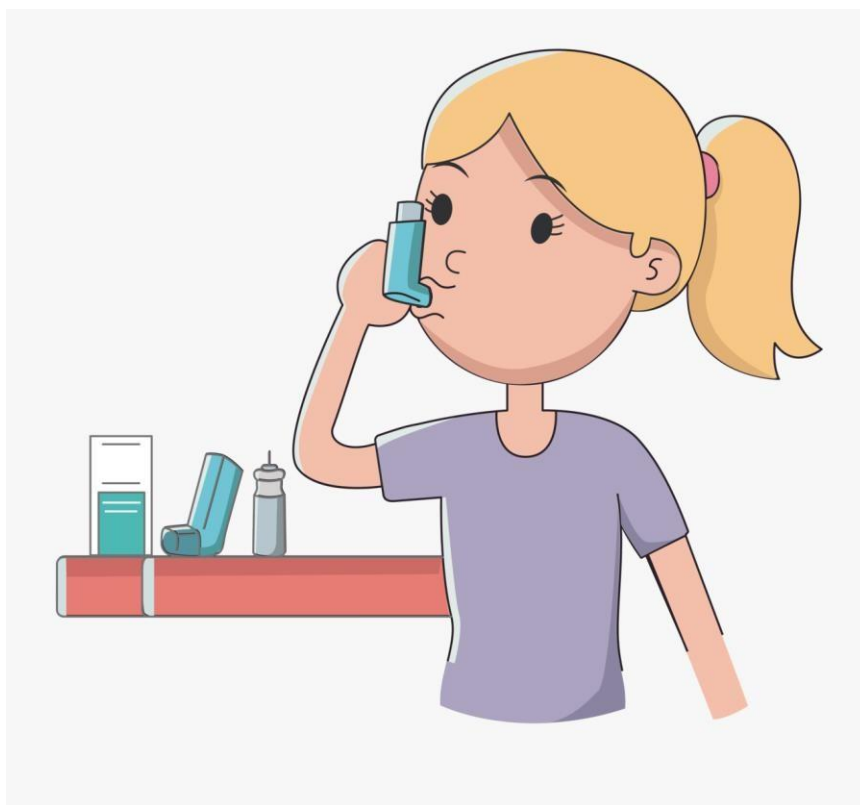


Использование ингалятора



Это история о том, как я буду использовать свой ингалятор. Использование моего ингалятора — один из способов оставаться здоровым! Мой ингалятор помогает мне оставаться здоровым, помогая моим легким лучше дышать.





Когда я здоровый/здоровая, я могу заниматься своими любимыми делами! Я могу играть, делать уроки и веселиться с друзьями.

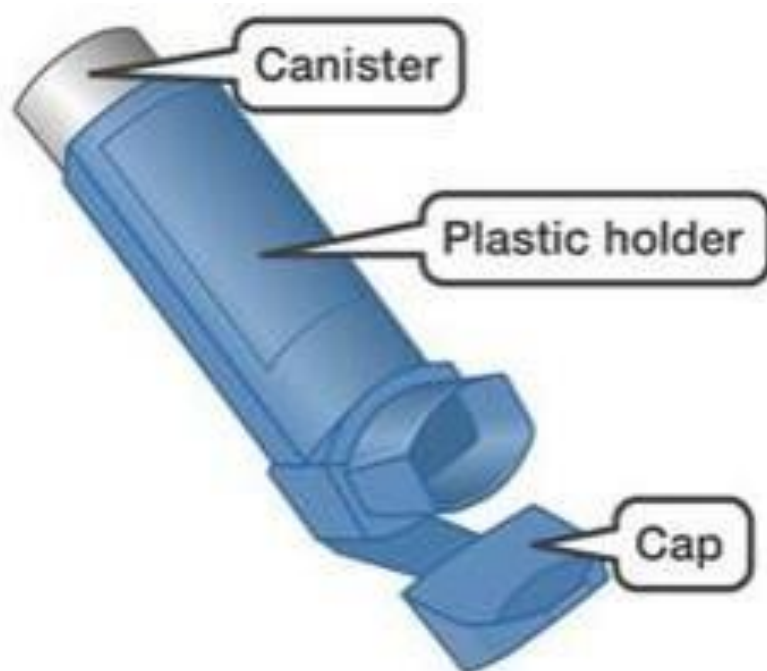


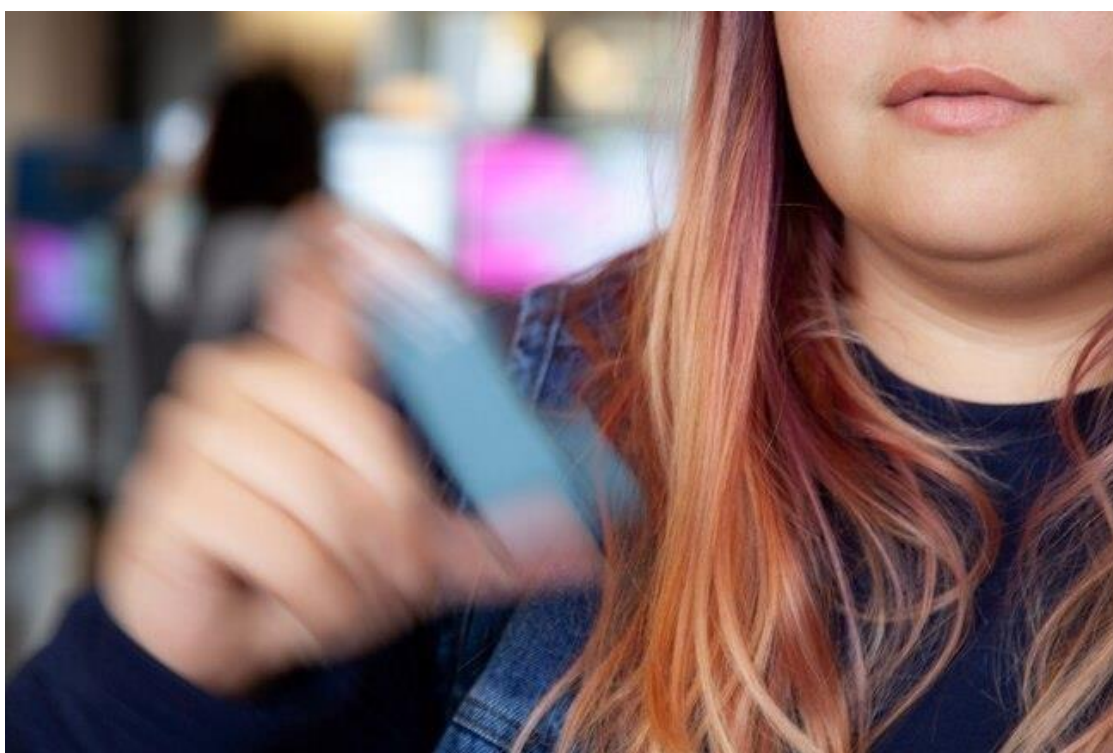


Использование моего ингалятора — сложный процесс, и мне может понадобится взрослый, чтобы помочь мне пройти все этапы.



Этот первый шаг прост, все, что мне нужно сделать, это снять колпачок с ингалятора!





Следующий этап очень веселый! Потрясите ингалятор!



801 Massachusetts Avenue, 7th Floor
Boston, MA 02119



autismprogram@bmc.org



617.414.3842

После того, как я встряхну ингалятор, мне, возможно, придется присоединить к ингалятор спейсер, если мой врач скажет мне об этом. Спейсер выглядит так:



Спейсер может показаться немного пугающим, но я знаю, что он поможет мне сохранить здоровье.

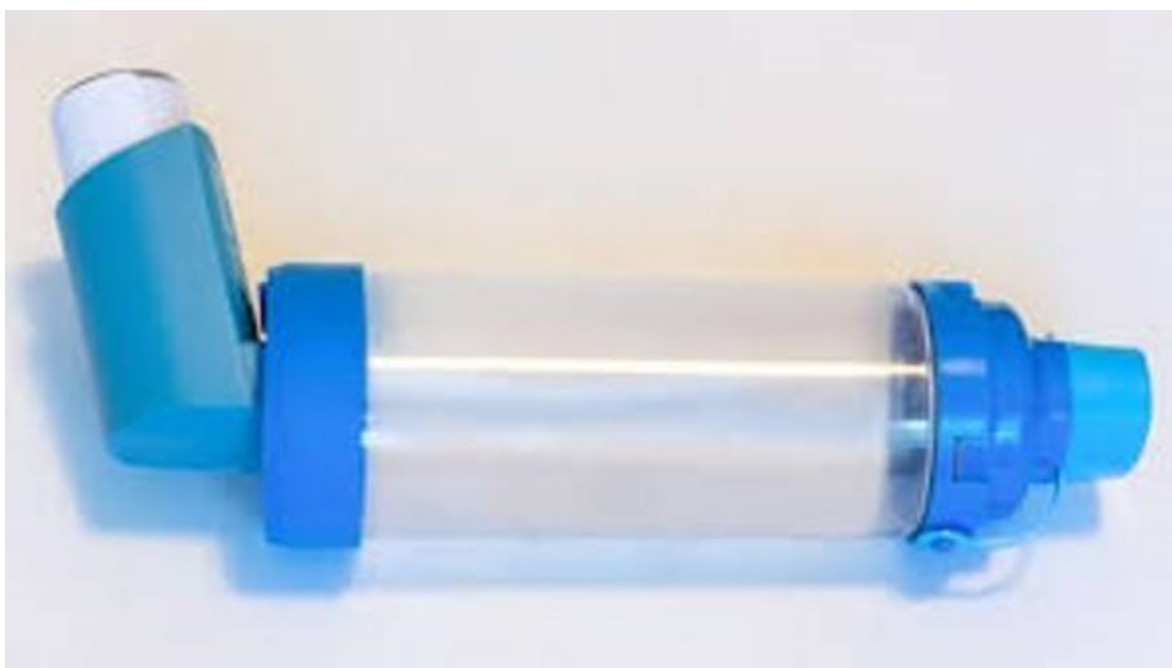




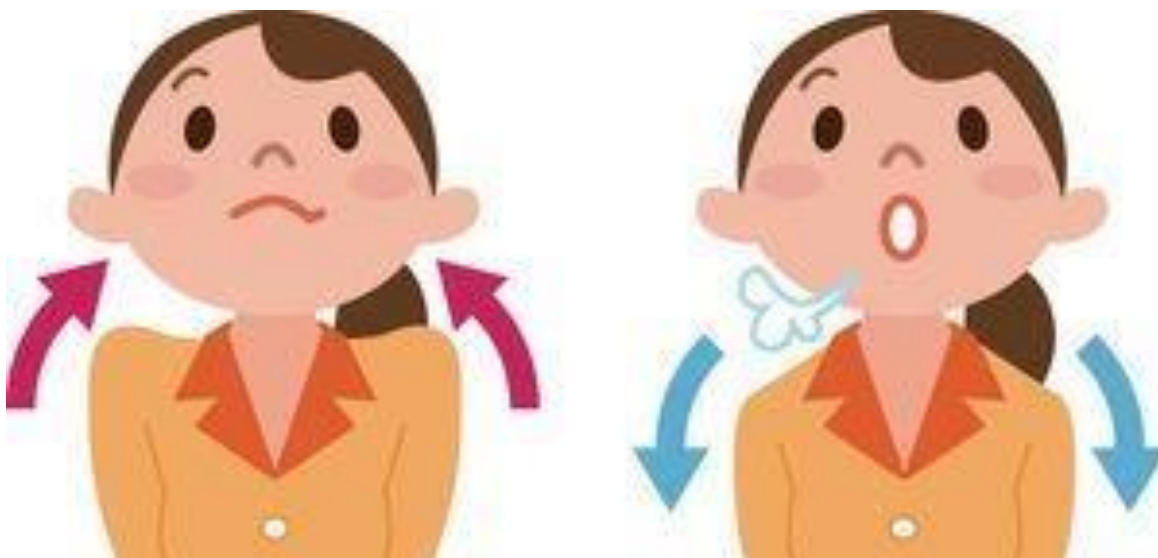
Чтобы прикрепить спейсер, я вставлю мундштук ингалятора в резиновую уплотненную часть спейсера.



Если я правильно прикреплю спайсер, это будет выглядеть так:



Для следующего шага я сяду или встану прямо и немного запрокину голову назад. Затем я полностью выдыхаю.



Прежде чем снова вдохнуть, я кладу ингалятор в рот и нажимаю на кнопку.



Как только я нажимаю на кнопку, я медленно
вдыхаю в течение 4 секунд. Иногда мне
помогает, когда взрослый отсчитывает четыре
секунды.

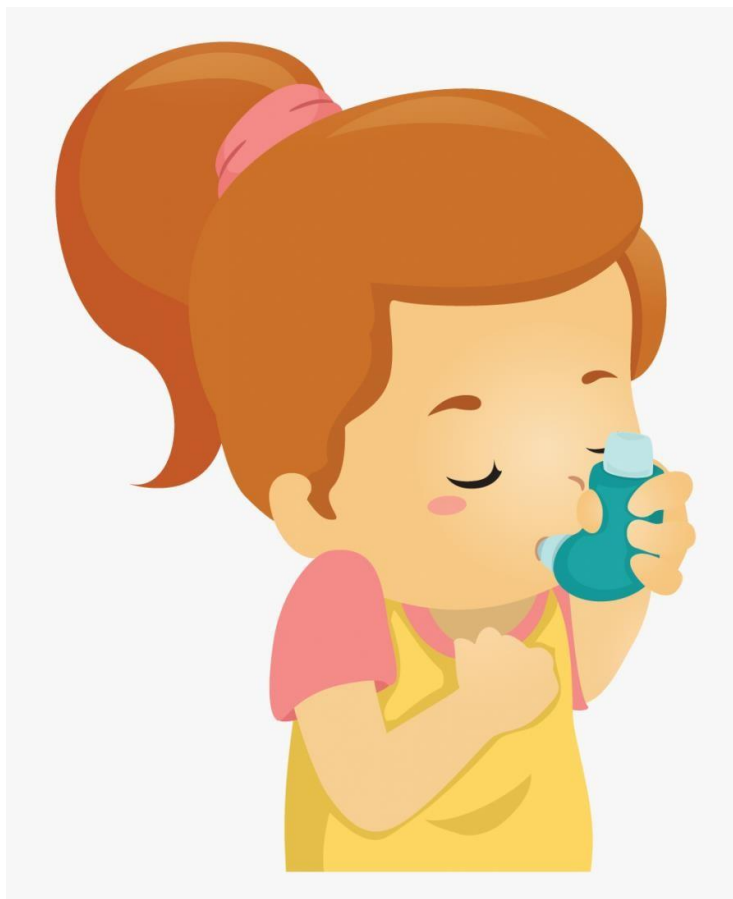


Как только мои 4 секунды вдоха закончатся, я
вытащу ингалятор изо рта, но буду держать
рот закрытым.



Я должен обязательно задержать дыхание на десять секунд после того, как я выну ингалятор из моего рта, чтобы лекарство подействовало хорошо. После задержки дыхания я медленно выдыхаю.





После того, как я завершил этот последний шаг,
я сделал одну «затяжку». Я обязательно
сделаю необходимое количество затяжек.



Я проделал/проделала большую работу,
научившись пользоваться ингалятором!

