

## ПРАВИЛЬНАЯ ИНГАЛЯЦИЯ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИИ АСТМОЙ И ХОБЛ



Источники: Фотография: Издательство Kirchheim-Verlag; Рисунки: ÄZQ

### УВАЖАЕМЫЕ ПАЦИЕНТЫ!

У Вас хроническое заболевание легких – бронхиальная астма или ХОБЛ (хроническая обструктивная болезнь легких, англ. Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD), нем. dauerhaft atemwegsverengende Lungenerkrankung) и в связи с этим Вы ингалируете лекарственные препараты. Их действие в большой степени зависит от того, насколько правильно Вы пользуетесь ингалятором. Мы выбрали для Вас информацию и полезные советы по правильному использованию ингаляторов для введения медикаментов в дыхательные пути.

### ▶ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ПРЕПАРАТЫ ДЛЯ ИНГАЛЯЦИОННОЙ ТЕРАПИИ

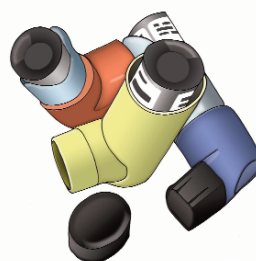
При заболевании астмой или ХОБЛ препараты, расширяющие дыхательные пути (бронходилататоры), и противовоспалительные препараты (кортизонсодержащие) попадают в организм путем ингаляции, т.е. вдыхания.

В ингаляционной терапии медикаменты большей частью оказывают местное действие в определенном участке - в данном случае в дыхательных путях. Этим объясняется их лучшая переносимость по сравнению с таблетками, содержащими тот же самый препарат. Дозировка лекарственного средства может быть снижена, тем самым уменьшается вероятность возникновения побочных эффектов. Более подробную информацию по конкретным препаратам Вы найдете в рекомендациях для пациентов (см. на обратной стороне).

### ▶ ИНГАЛЯЦИОННЫЕ АППАРАТЫ

Существует множество различных ингаляционных аппаратов, которые значительно отличаются друг от друга в обращении и имеют свои преимущества и недостатки. Самыми распространенными являются дозированные аэрозоли и порошковые ингаляторы.

#### Примеры дозированных аэрозолей:



■ В случае дозированного аэрозоля медикамент распыляется в виде множества крошечных капелек. Распылительное действие Вы обеспечиваете, нажимая на дозирующий насос, или же оно управляется вдохом. Выпуск аэрозоля из баллончика должен быть точно согласован с вдохом, т.е. Вам необходимо вводить аэрозоль и вдыхать одновременно.

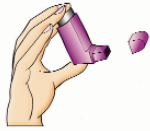
#### Примеры порошковых ингаляторов:



■ При использовании порошкового ингалятора лекарственное средство доставляется в дыхательные пути в виде крошечных частиц порошка. В этом случае введение препарата и вдох синхронизировать необязательно, но нужно делать более сильный вдох, чем при использовании аэрозоля. Такая форма ингаляции подходит только тем пациентам, которые могут глубоко вдыхать.

### ▶ ИНГАЛИРУЙТЕ ПРАВИЛЬНО

Несмотря на кажущуюся простоту, правильная ингаляция – это сложный процесс, которому надо учиться. Например, чтобы правильно использовать дозированный аэрозоль, необходимо:



- снять защитный колпачок
- хорошо встряхнуть баллончик



- полностью выдохнуть воздух
- плотно сжать губами и зубами мундштук
- при вдохе: немного отклонить голову назад
- равномерно и глубоко вдохнуть



- одновременно со вдохом привести распылитель в действие
- глубоко вдохнуть через ингалятор
- задержать дыхание на 5-10 секунд, чтобы медикамент смог задержаться в легких

- медленно выдохнуть, по возможности через нос
- снова надеть защитный колпачок

### ▶ ЧТО ЕЩЕ ВЫ МОЖЕТЕ СДЕЛАТЬ

Чтобы медикамент достиг мельчайших бронхов и смог там подействовать, очень важно научиться правильной технике вдоха в зависимости от используемого Вами аппарата. Для этого Вы можете принять участие в семинарах для пациентов или получить необходимую информацию в аптеке, где Вы приобрели ингалятор. Прилагаемая к прибору аннотация также содержит дополнительную полезную информацию. Но прежде всего, обратитесь за поддержкой к Вашему лечащему врачу. Попросите его объяснить Вам:

- почему прописанный Вам ингалятор подходит именно для Вашей ситуации
- какие именно защитные колпачки или оболочки нужно снять перед использованием
- нужно ли встряхивать прибор перед использованием
- нужно ли его чистить и как это делается
- когда и каким образом заправляется ингалятор
- как узнать, что прибор необходимо заменить
- в каком положении необходимо проводить ингаляции
- как нужно дышать при использовании ингалятора

Регулярно демонстрируйте врачу, как Вы пользуетесь ингалятором – это придаст Вам уверенности.

### ▶ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Данная информация для пациентов основана на последних научных разработках. Она обобщает важнейшие пункты рекомендаций для пациентов на темы «Астма» и «ХОБЛ».

#### Ссылки

Рекомендации для пациентов по темам «Астма» и «ХОБЛ»

[www.patienten-information.de/patientenleitlinien](http://www.patienten-information.de/patientenleitlinien)

Организации взаимопомощи и партнеры, участвовавшие в разработке рекомендаций:

[www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe](http://www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe), [www.azq.de/pf](http://www.azq.de/pf)

#### Контактные данные организаций взаимопомощи

Контактные данные организаций взаимопомощи по Вашему месту жительства Вы можете узнать в обществе NAKOS (Национальный контактный и информационный центр для создания и поддержки групп взаимопомощи)

[www.nakos.de](http://www.nakos.de), Tel.: 030 3101 8960

#### Рекомендации для пациентов

В "Рекомендациях для пациентов" специальная информация, предназначенная для врачей, изложена понятным для неспециалистов языком. Они дают важные базовые сведения о причинах заболеваний, методах обследования и лечения. Разработка врачебных рекомендаций (так называемых "Национальных рекомендаций по медицинскому обеспечению") и соответствующих версий для пациентов осуществляется Федеральной врачебной палатой (BÄK), Федеральным объединением врачей больничных касс (KBV) и Комиссией научно-медицинских обществ (AWMF).

Ответственный за содержание:  
Врачебный центр качества медицинского обслуживания (ÄZQ)  
Совместный институт BÄK и KBV  
Тел.: 030 4005-2500 • Факс: 030 4005-2555  
Электронная почта/Ansprechpartner: [mail@patinfo.org](mailto:mail@patinfo.org)  
[www.patinfo.org](http://www.patinfo.org)  
[www.aezq.de](http://www.aezq.de)



С рекомендацией