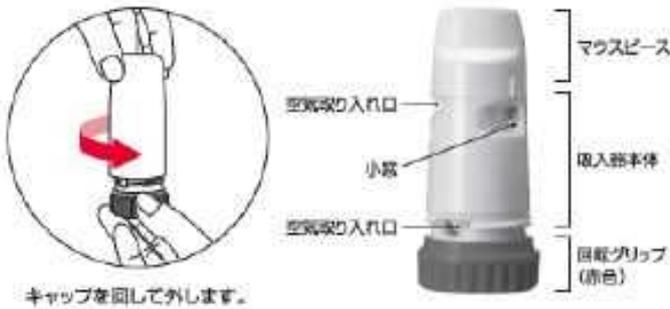


## タービュヘイラータイプ(シビコート、パルミコート、オーキス)

### デバイス各部位の名称と注意点



- ※ 吸入操作練習用具（笛付）でホイッスル音の確認をします。
- ※ 初回のみ空うちが必要です。
- ※ 開封日と使用可能日数を本体に記入します。
- ※ 背筋を伸ばして胸をはりまっすぐ前を向きます。

操作方法	ポイント
(初回のみ) 空うち	<input type="checkbox"/> ①の右、左の回転を <b>3回(※)</b> 行います。 (開封時右に固定されている場合は左に回すところから) <b>※パルミコートは2回</b>
①薬の準備 	<input type="checkbox"/> キャップをあけます <input type="checkbox"/> 使用回数が残っていることを確認します <input type="checkbox"/> デバイスを立てて持ち、グリップを <b>右に止まるまで</b> 回し、 <b>左にカチッ</b> と鳴るまで戻します。
②息吐き 	<input type="checkbox"/> 十分に息を吐いてからマウスピースをくわえます。 (吸入口には息を吹きかけない)
③吸入	<input type="checkbox"/> 「強く、早く、深く」吸いこみます。
④息止め	<input type="checkbox"/> 苦しくない程度(5秒程度)息止めします。 <b>※必須ではないが推奨</b>
⑤息吐き	<input type="checkbox"/> 息をゆっくり吐き出します。
⑥繰り返し	<input type="checkbox"/> ①-⑤を指示された回数繰り返します。
⑦後片付け	<input type="checkbox"/> 吸入口を拭いて、キャップを閉めます。
⑧うがい	<input type="checkbox"/> ブクブク：くちの中、ガラガラ：のど、の各3回ずつを目安にうがいをします。