

# Sử dụng ống hít (inhaler) và ống điều hòa (spacer) như thế nào



Neighborhood  
Health Plan™



1. Tháo nắp ống hít ra



2. Lắc ống thuốc



3. Gắn vào ống điều hòa



4. Tháo nắp ống điều hòa ra



5. Thở **hết hơi RA**



6. Ngậm hết đầu ống



7. Nhấn xuống ở đây



8. Hít **VÀO chậm và sâu**



9. Giữ hơi thở trong 10 giây nếu được.  
Sau đó thở ra chậm



Nếu bạn cần thêm một hơi thuốc nữa,  
chờ một phút, sau đó lặp lại các bước 5-9



10. Súc miệng bằng nước và phun RA

