

## **Grundprinzipien der Einnahme für inhalative Medikamente**

- Inhalation je nach Gerät vorbereiten (einige Geräte muss man vor Gebrauch schütteln, die Schutzkappe entfernen, drehen oder eine Kapsel einlegen und durchstechen)
- Bevor die Inhalation beginnt, einmal bequem, aber maximal ausatmen. Den Kopf nach hinten neigen und das Mundstück mit den Lippen gut umschließen.
- Tief am Mundstück einatmen. (evtl. Gerät dabei gleichzeitig auslösen)
- Mundstück aus dem Mund nehmen.
- Den Atem für etwa 5-10 Sekunden anhalten, dabei (im Kopf oder mit den Fingern) mitzählen bis 10!
- Langsam ausatmen - bevorzugt mit der Lippenbremse zumindest aber über die Nase.

Weitere Inhalationen frühestens nach einer Minute durchführen.

Nach der Einnahme bitte zumindest den Mund mit Wasser ausspülen, besser jedoch Zähne putzen. Dies gilt insbesondere für so genannte Cortisonsprays.