

## 9.6. Cómo utilizar un inhalador tipo aerosol o espray

La **vía inhalada** es muy útil en las enfermedades pulmonares. Por esta vía el medicamento llega directamente a los bronquios. Así se necesita menos cantidad y produce menos efectos secundarios.

Los **inhaladores en cartuchos presurizados** (conocidos como **espráis**) son muy útiles. Son ligeros y los puede llevar con usted con facilidad. Por ello se usan con frecuencia como medicación de rescate en caso de ahogo.

Generalmente, se aconseja su uso a través de una cámara espaciadora. La aplicación directa en la boca es difícil porque requiere una gran habilidad y coordinación. Si no utiliza la cámara, necesitará aprender a usarlos bien. Es importante pulsar el aerosol en el momento adecuado de la respiración.

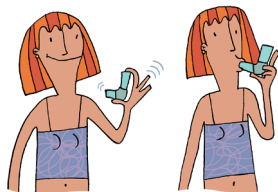
Su médico o médica le dirá cuántas inhalaciones puede hacer y cuántas veces al día.

**Para que hagan efecto es fundamental aprender a utilizarlos bien.**

### ¿Qué puede hacer?

#### INHALACIÓN DIRECTA DEL CARTUCHO PRESURIZADO, K-HALER O RESPINAT

- Colóquese de pie o sentado. Así podrá respirar mejor.
- Destape el inhalador. Sujételo entre los dedos índice (arriba) y pulgar (abajo). Póngalo en posición vertical en forma de L y agítelo con suavidad.
- Espire (sople) profundamente. Mantenga el inhalador en la mano.
- Colóquese el inhalador en la boca, sellándolo con los labios.
- Comience a inspirar (coja aire) despacio.
- Una vez iniciada la inspiración, pulse el aerosol una sola vez. Siga inspirando profundamente 3-5 segundos.
- Retire el inhalador de la boca y aguante sin respirar durante 10 segundos.
- Después espire (sople) lentamente.



#### PARA CUALQUIER TIPO DE INHALADOR

**¡No olvide enjuagarse la boca tras la inhalación!**

- Si necesita nuevas dosis o usar otros inhaladores, espere 1 minuto.
- Ponga atención a las dosis que le quedan en el aparato: algunos lo indican, pero otros no. No se fíe del ruido que haga al agitarlo.



### ¿Cuándo consultar a su médico/a de familia?

- Cuando tenga dudas sobre el uso de estos inhaladores.
- Cuando, a pesar de usarlos correctamente, no se encuentra bien.
- Si después de usarlos siente nerviosismo, palpitaciones, temblor o náuseas.
- Cuando note manchas blanquecinas en la boca.

#### INHALACIÓN A TRAVÉS DE CÁMARA ESPACIADORA (CARTUCHO PRESURIZADO O RESPINAT)

- Colóquese de pie o sentado.
- Espire (sople) profundamente.
- Destape el inhalador.
- Póngalo en posición vertical en forma de L y agítelo suavemente.
- Acople el inhalador a la boquilla de la cámara.
- Ajuste la boca a la boquilla de la cámara. Pulse el aerosol.
- Inspire (coja aire) lenta y profundamente.
- También puede respirar 4-5 veces a través de la cámara.
- Retire la cámara de la boca y aguante la respiración durante 10 segundos.
- Expulse el aire (sople) lentamente.
- Lave la cámara cada semana con agua y jabón.

### ¿Dónde conseguir más información?

- <https://www.separ.es/?q=node/699>
- <https://irp-cdn.multiscreensite.com/0b4c4e4f/files/uploaded/simplemente-inhalar.pdf>
- <http://www.camfic.cat/FullspacientsIE8.aspx> (y vaya a la sección 58)