



مرکز آموزشی-درمانی و پژوهشی امام خمینی سراب

## دمیار (آسان نفس)



(گروه هدف: بیماران)

تهیه و تنظیم: الناز سپاسه (کارشناس پرستاری)

و

واحد آموزش بیمارستان امام خمینی سراب

سال ۹۸

### نکته مهم:

پس از استفاده از انواع اسپری ضروری است که دهان خود را با آب بشویید. زیرا ممکن است داروها منجر به عفونت دهاری و پوسیدگی دندان شوند.

### روش صحیح شست و شوی دمیار (آسان نفس)

- ابتدا برای شست و شوی بهتر و دقیق تر، قطعات دهاری و انتهایی آسان نفس را جدا کنید.
- آسان نفس را به مدت ۱۵ دقیقه در آب گرم قرار دهید و با یک مایع شوینده به آرامی شست و شو دهید.
- مراقب باشید که لازم نیست قسمت داخلی لوله آسان نفس ساییده شود و فقط قسمت بیرونی و قسمت دهاری را می توانید خوب بشویید.
- پس از اتمام شست و شو، آسان نفس را در معرض هوا قرار دهید تا خشک شود.
- پس از خشک شدن کامل، قطعات جدا شده را به هم وصل کرده و حالا می توانید از دستگاه استفاده کنید.

منابع: درسنامه پرستاری برونر و سوارث

### نحوه صحیح استفاده از دمیار (آسان نفس)

- درپوش اسپری را بردارید
- اسپری را به خوبی تکان دهید
- درپوش اسپری را برداشته و در قسمت انتهایی آسان نفس قرار دهید
- نفس خود را با یک بازدم عمیق تا جایی که می توانید خارج کنید و دهانتان را در قسمت دهانی آسان نفس قرار دهید
- سر خود را کمی بالا بگیرید تا مسیر راه های هوایی باز شوند
- دکمه ی اسپری را یک بار فشار دهید. (هر یک بار فشار دکمه یک پاف محسوب می شود). حداقل به مدت ۱۰ ثانیه با نفس های آهسته و عمیق درون لوله به تنفس بپردازید
- آسان نفس را از دهان خارج کرده و به مدت ۱۰ ثانیه نفس خود را حبس کنید پس از گذشت ۱۰ ثانیه به آرامی از طریق بینی تنفس کنید. در صورتی که دوباره به دارو احتیاج داشتید، ۳۰ ثانیه صبر کرده و سپس مراحل بالا دوباره تکرار کنید.
- در نهایت مجددا درپوش اسپری را در جای خود قرار دهید

## دمیاری (آسان نفس):

که نام های "آسان نفس" و یا "دمیاری" شناخته می شود، وسیله ای لوله ای شکل از جنس پلاستیک است که با هدف تسهیل رساندن دارو به ریه ها در بیماران مبتلا به آسم ساخته شده است. آسان نفس ها کمک می کنند که دارو به طور مستقیم به ریه ها منتقل شود و از رسوب دارو در دهان و گلو که خود می تواند منجر به عفونت های خفیف و سوزش شود، جلوگیری می نمایند.



## علت استفاده از دمیاری (آسان نفس)؟

آسان نفس کمک می کند تا مقدار مناسب دارو به ریه ها وارد شود از آنجایی که هنگام استفاده از اسپری باید همزمان دکمه ی اسپری را فشرده و عمیق دم و بازدم کنید، ممکن است نتوانید مقدار مناسبی از دارو را وارد ریه های خود کنید. هم چنین در صورتی که عمل دم و بازدم به درستی و عمیق صورت نگیرد، دارو در دهان و پشت حلق شما رسوب کرده و به ریه ها نمی رسد. آسان نفس باعث می شود تا شما به داروی کمتری احتیاج پیدا کنید از آنجایی که آسان نفس دارو را دقیقاً به محل مورد نظر یعنی ریه های شما انتقال می دهد، دارو موثرتر عمل کرده و نیاز شما به مصرف دارو کمتر می شود. آسان نفس اثرات جانبی را کاهش می دهد در صورت استفاده ی نادرست از اسپری ها، دارو در حلق و دهان ته نشین شده و در نهایت منجر به عفونت های قارچی و آسیب به حنجره و تغییر صدا می شود.

## چه افرادی باید از دمیاری (آسان نفس) استفاده کنند؟

- ❖ برای کودکان کمتر از ۵-۴ سال یک ماسک باید به انتهای آسان نفس متصل شود
- ❖ تمام افراد بالغی که از اسپری ه ای L شکل استفاده می کنند.
- ❖ تمام افراد بالغی که در استفاده از اسپری های تنفسی به تنهایی مشکل دارند.

## نحوه صحیح استفاده از دمیاری (آسان نفس)



