

# 吸入器的选择

您知道吗，控制好您的肺部疾病，不但让您感觉更加舒适，还能帮助改善环境。

## 1

### 按照处方要求使用吸入器

即使您的感觉良好，也要按照处方要求使用吸入器，这对您治疗肺部疾病是最好不过的事情了。

如果您患有哮喘，请每天按照处方要求使用预防哮喘的吸入器，这样可以抑制呼吸道炎症和肿胀。这将减轻您的哮喘症状，并降低哮喘发作的风险。

如果您患有慢性阻塞性肺病或其他肺部疾病，并且需要按时使用预防哮喘的吸入器，那么您按照处方要求使用吸入器非常重要。这可以帮助您控制症状，降低发作的风险。

如果您的病情控制得很好，则为了缓解症状而使用的缓解药物（或“急救药物”）吸入器的次数也会减少，这将有利于您的身体健康，并有助于减少碳排放。

## 2

### 使用正确的吸入器使用技巧

每次采用正确的吸入器使用技巧可使更多的药物直接进入需要药物的肺部。这样可以减轻症状，防止副作用，减少药物浪费。



访问 Asthma + Lung UK 的网站了解使用吸入器的技巧

# 3

## 与医疗保健人员一起, 换用低碳型吸入器

部分吸入器利用强劲的温室气体将药物推入肺部。虽然这对您来说非常安全, 但这些气体占 NHS 碳足迹总量的 3% 左右。您可以和医生、呼吸科护士或药剂师一起探讨换用低碳型吸入器的问题。

在您考虑换用低碳型吸入器时, 确保继续使用现有吸入器非常重要。控制好您的肺部疾病, 对您和环境都有好处。

### 如果您已经更换吸入器

最好的吸入器是对您有效的吸入器。换用低碳型吸入器对大多数人来说都很有效, 但如果您有任何问题, 请咨询医疗保健专业人员, 或拨打 Asthma + Lung UK 服务热线。您可以联系和蔼可亲的护士和医疗保健顾问, 电话号码是 **0300 222 5800** (星期一至星期五, 早上 9 点至下午 5 点)。



深入了解换用低碳型吸入器的信息

# 4

## 请当地的药店处置您用过的吸入器

不要将用过的吸入器丢弃至垃圾桶里, 而是在下次去您当地的药店时, 将吸入器交给他们处置。他们会用最环保的方式处置这些吸入器。



访问 Asthma + Lung UK 的吸入器选择页面以获取更多信息、建议和支持。

**Asthma + Lung UK 和 NHS England 将携手合作, 让您在与肺部疾病作斗争的同时过上更好的生活, 并协助保护环境。**