

Asthma + Lung UK  
18 Mansell Street  
London E18AA  
0300 222 5800  
[info@asthmaandlung.org.uk](mailto:info@asthmaandlung.org.uk)  
AsthmaAndLung.org.uk



## Wybór inhalatora

Organizacja Asthma + Lung UK i NHS England współpracują ze sobą, aby wspomóc osoby z chorobami płuc w dokonywaniu zmian prowadzących do poprawy ich jakości życia, dbając przy tym o środowisko.

Oto cztery szybkie i łatwe czynności, które możesz wykonać, aby poprawić stan swoich płuc oraz jednocześnie pomóc środowisku:

### Stosuj inhalator zapobiegawczy codziennie zgodnie z zaleceniami.

Stosowanie inhalatora zapobiegawczego pomaga uniknąć ataku astmy lub zaostrzeń POChP. Unikanie ataków astmy lub zaostrzeń POChP pomoże Ci zachować dobre samopoczucie, uniknąć wizyty w szpitalu, ograniczyć objawy choroby i zmniejszyć zużycie inhalatorów. Jest to korzystne dla Ciebie i środowiska.

Przeczytaj więcej o tym, [jak inhalator zapobiegawczy obniża ryzyko wystąpienia objawów i ataków astmy](#).

Dowiedz się o [różnych inhalatorach stosowanych w leczeniu POChP](#).

### Stosuj właściwą technikę inhalacji.

Stosowanie prawidłowej techniki przyjmowania inhalacji za każdym razem jest naprawdę ważne. Jeśli będziesz za każdym razem używać prawidłowej techniki podczas użycia inhalatora zapobiegawczego lub podtrzymującego, zmniejszysz prawdopodobieństwo konieczności sięgnięcia po inhalator łagodzący objawy lub ratunkowy, aby poradzić sobie z objawami.

Nie masz pewności, jaka jest najlepsza technika inhalacji? Można to szybko i łatwo sprawdzić, [oglądając nasze krótkie filmy poświęcone technice inhalacji, rozmawiając z pracownikiem opieki zdrowotnej w przychodni lub pytając w aptece](#).

Organizacja Asthma + Lung UK jest spółką charytatywną z ograniczoną odpowiedzialnością zarejestrowaną pod numerem 01863614 z zarejestrowanym numerem organizacji charytatywnej 326730 w Anglii i Walii, SC038415 w Szkocji oraz 1177 na Wyspie Man.

Asthma + Lung UK  
18 Mansell Street  
London E18AA  
0300 222 5800  
[info@asthmaandlung.org.uk](mailto:info@asthmaandlung.org.uk)  
AsthmaAndLung.org.uk



Jeśli pacjent używa inhalatora ciśnieniowego (typu pMDI), może również rozważyć zastosowanie komory inhalacyjnej. Użycie komory inhalacyjnej pomaga dostarczyć odpowiednią ilość leku do płuc, gdzie jest on potrzebny.

Pomaga to ograniczyć skutki uboczne i uniknąć utraty leku. Ponadto użycie komory inhalacyjnej może ułatwić przyjmowanie leku.

Jeśli jednak używasz inhalatora suchego proszku (DPI) lub inhalatora miękkiej mgły (SMI), nie musisz używać komory inhalacyjnej.

Przeczytaj więcej o [komorach inhalacyjnych](#) oraz dowiedz się, jak je stosować.

## Zmień swój inhalator na niskoemisyjny z pomocą pracownika opieki zdrowotnej.

Przy następnej rozmowie z lekarzem, pielęgniarką środowiskową lub farmaceutą wspomnij o zmianie inhalatora na bardziej przyjazny dla środowiska.

Więcej informacji: [inhalatory o niższej zawartości węgla i dlaczego są one lepsze dla środowiska](#).

Możesz także zadzwonić na infolinię organizacji [Asthma + Lung UK](#), jeśli masz jakiegokolwiek pytania dotyczące zmiany inhalatora. Nasi przyjaźni specjaliści w dziedzinie pielęgniarstwa w chorobach układu oddechowego oraz doradcy ds. opieki zdrowotnej są dostępni pod numerem telefonu 0300 222 5800 (od poniedziałku do piątku w godzinach od 9:00 do 17:00).

## Zużyte inhalatory należy przekazać do utylizacji w lokalnej aptece.

Nie wyrzucaj zużytych inhalatorów do kosza – zamiast tego przy następnej okazji zanieś je do lokalnej apteki w celu utylizacji. Tam zostaną one usunięte w najbardziej ekologiczny sposób, co przyczyni się do poprawy stanu środowiska.

Organizacja Asthma + Lung UK jest spółką charytatywną z ograniczoną odpowiedzialnością zarejestrowaną pod numerem 01863614 z zarejestrowanym numerem organizacji charytatywnej 326730 w Anglii i Walii, SC038415 w Szkocji oraz 1177 na Wyspie Man.

Asthma + Lung UK  
18 Mansell Street  
London E18AA  
0300 222 5800  
[info@asthmaandlung.org.uk](mailto:info@asthmaandlung.org.uk)  
AsthmaAndLung.org.uk



Przeczytaj więcej o użyciu inhalatorów na naszej stronie [Jak inhalatory wpływają na środowisko](#).

Czujesz obawy w związku ze zmianą inhalatora? Zapoznaj się z naszymi poradami dotyczącymi [zmiany leków na astmę](#).

Organizacja Asthma + Lung UK jest spółką charytatywną z ograniczoną odpowiedzialnością zarejestrowaną pod numerem 01863614 z zarejestrowanym numerem organizacji charytatywnej 326730 w Anglii i Walii, SC038415 w Szkocji oraz 1177 na Wyspie Man.