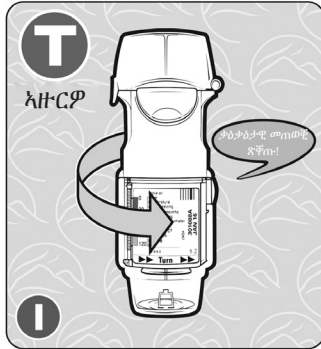


ሶፍት ሚስት (SOFT MIST) ዝዳይነቱ ወሃቢ ትንፋስ

ሬስፒማት (RESPIMAT) - መዓልታዊ ተጠቃምነት



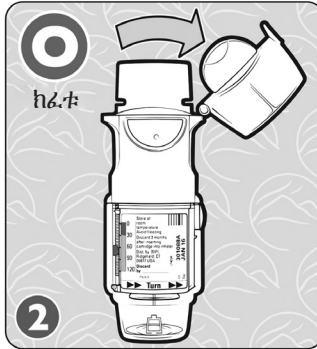
T

አዙርዎ

ዕቃዎታዊ መጠወቂያ ጽንሰተ

1

መኸደኒ ብኸዱኑ፡ ንታሕተዋይ ክፋል አዙርዎ



O

ክፈቱ

2

ንመኸደኒ ገልጺጥኩም ክፈቱ



3

ንግዳም አተንፍሱ



ን 10 ደቂቃ ትንፋሲኩም ዓቂብኩም ጽንኩ

P

ጽቕጡ/ጠውቑ

4

ቀስ አልኩም ከተተንፍሱ ብምጅማር፡ መጠወቂያ ጽቕጥኩም፡ ትንፋስ ምስሓብ ቀጽሉ



5

መኸደኒ ዕጸዉ



6

ካልኣይ ፊፍታ እንተተኣዚዙልኩም፡
ንቕደም- ተኸተላት ቀኢ
1-5 ድገምዎም

መዘኻኸሪ

አገዳሲ ሓበሬታ

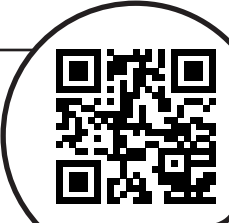
አስተውዕሉ፦	ንመውዓሊ-አፍ ኣብ ሞንጎ ኣስናንኩም ጌርኩም ከናፍርኩም ዕጸዉ።
ጥርሑ፦	መስኮት ሓበሬታ ዓቕን ዝሕብሩ ኣሃዛት ኣለውዎ - "O" ትሕዝቶ ጥርሑ ኣሎ ማለት እዩ። ደርብይዎ።
ዕድመ ኣገልግሎት ንብረት ኣብቂዑ፦	ኣብ'ቲ ኣቕሓ ንዝተጸሕፈ - ዕድመ ኣገልግሎት ንብረት ዘብቅዓሉ ዕለት ፈትሹ።
መዘኻኸሪታት፦	ሬስፒማት (Respimat) ን 1 ሰሙን ኣብ ጠቕሚ እንተዘይውዒሉ፡ 1 ጊዜ ሓበሬታ ተወከሱ (ብግልጥ ሸነኽ ተመልከቱ)። ሬስፒማት (Respimat) ን 3 ሰሙናት ኣብ ጠቕሚ እንተዘይውዒሉ፡ 3 ጊዜ ሓበሬታ ተወከሱ (ብግልጥ ሸነኽ ተመልከቱ)። ንጣር ፈሳሲ ናብ ዓይንኩም ክኣቱ ኣይግባእን። አገባብ ኣጸራርዎ፦ ንመውዓሊ-አፍ ብንቕጽ ጨርቂ ጥራይ ከትውልውልዎ/ከተጸራርይዎ ይግባእ።
እዚ ጽሑፍ እዚ ሓበሬታ ንምሃብ ጥራይ ተባሂሉ ዝተዳለወ እዩ። ከም መተካእታ ናይ ሕክምናዊ ምኽሪ፡ መምርሒ ድዩስ ፍወሳ ክውሰድ ኣይግባእን። ፍልይ ዝበሉ ሕቶታት ምስዝህልዉኹም፡ ብኸብረትኩም ምስ ዶክተርኩም ወይ ምስ ዝምልከቶ ሰራሕተኛ ኣገልግሎት ክንክን ጥዕና ተዛራረቡ።	
ብኩም ኣገልግሎታት ሕማማት ሸኮርን ኣዝማን ዝተዳለዉ መብርሂታት፦ www.ucalgary.ca/icancontrolasthma	

ነቶም ብትንፋስ ዝውሰዱ መድሃኒታት ድዩስ ንኣገባብ ኣጠቓቕማ መሳርሒታቶም ብዝምልከት ተወሳኺ ሓበሬታ ንምርካብ፡ ኣብ ነቕጣ መርበብ ሓበሬታና ፈትሹ፦

www.ucalgary.ca/asthma



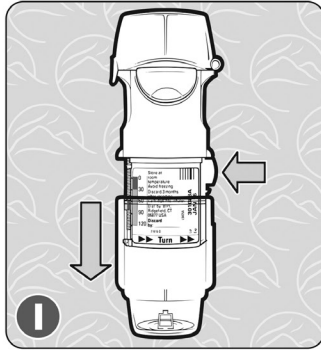
ሓገዝቲ ክኹኑ ዝኸለሉ
እዋናውያን መምርሒታት
አተናፍሳ



ሶፍት ሚስት (SOFT MIST) ዝዳይነቱ ወሃቢ ትንፋስ

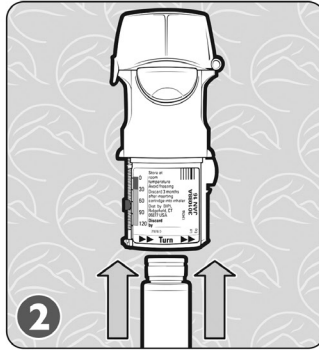
ሬስፒማት (RESPIMAT) – ገጣጥማኡን ምድላዉን

ምግጣም:- ቅድሚ መጀመርታ ምጥቃምኩም፡ ሓንሳብ ጥራይ ትሕዝቶ ምግጣም የድሊ



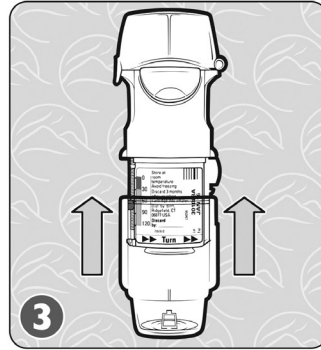
1

ውሕስነታዊ መቁጸጸሪ ጸቕጥኩም
ንታሕተዋይ ክፋሉ ስሒብኩም
አውጽኦም።



2

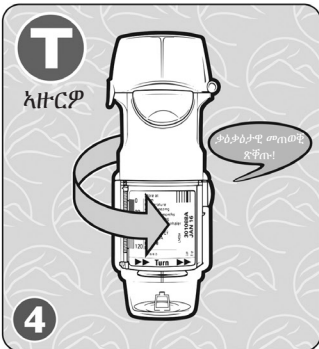
‘ቃዕ’ ዝብል ድምጺ ክሳብ
እትሰምዑ፡ ንጸቢብ ጫፍ ናይ
ካርትሪጅ እእትወዎ።
ብልክዕ ናብ ቦታኡ ከምዝኣተወ
ንምርግጋጽ፡ ነቲ ተሪር ገጹ ብሓይሊ
ጽቕጥዎ።



3

ነቲ ታሕተዋይ ክፋል ናብ ቦታኡ
ምለስዎ

ምድላው ካርትሪጅ:- ክትጥቀሙ ኣብ ምጀማርኩም ክፍጸም የድሊ፤ T.O.P. ተኸታተሉ

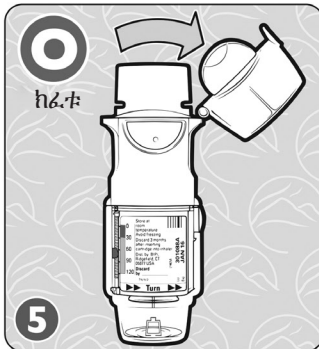


T

ኣዙርዎ

4

“ቃዕ” ዝብል ድምጺ ክሳብ እትሰምዑ፡
ንታሕተዋይ ክፋል ኣዙርዎ።



O

ክፈቱ

5

ንመኽደኒ ገልጺጥኩም ክፈቱ

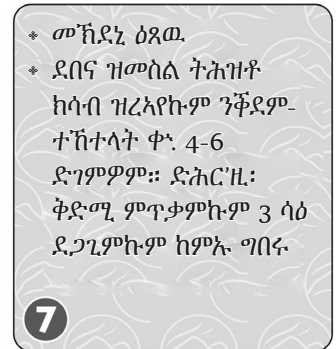


P

ጽቕጡ/ጠውቑ

6

ንታሕተ ገጹ ኣድኒንኩም መጠወቕ
ጽቕጡ



7

✦ መኽደኒ ዕጸወ.
✦ ደበና ዝመስል ትሕዝቶ
ክሳብ ዝረኣየኩም ንቕደም-
ተኸተላት ቀኡ 4-6
ድገምዎም። ድሕርዚ፡
ቅድሚ ምጥቃምኩም 3 ሳዕ
ደጋጊምኩም ከምኡ ግበሩ

መዘኻኽሪ

ኣስተውዕሉ:-

ሬስፒማት (Respimat) ን 1 ሰሙን ኣብ ጠቕሚ እንተዘይወዱሉ፡ 1 ግዜ ኣበፊታ ተወከሱ (ቅደም-ተኸተላት ቀኡ 4-6)
ሬስፒማት (Respimat) ን 3 ሰሙናት ኣብ ጠቕሚ እንተዘይወዱሉ፡ 3 ግዜ ኣበፊታ ተወከሱ (ቅደም-ተኸተላት ቀኡ 4-7)
እቲ ኣቕሓ ብሃንደበት ክሰርሕ ምእንቲ ከይጀምር፡ ከተዙርዎ እንክለኹም ኩሉ ሳዕ ክዱን ከምዝኸውን ግበሩ
ንጣር ፈሳሲ ናብ ዓይንኹም ክኣቱ ኣይግባእን።

