

## **Inhalation mit dem Turbuhaler (TH)**

1. Turbuhaler enthalten Asthmamedikamente in Form von Trockenpulver.
2. Voraussetzung für eine korrekte Inhalation ist ein genügend kräftiger Sog bei der Inhalation, was erst ab einem Alter von 8 Jahren möglich ist.
3. Als Erstes schraube den Deckel vom Turbuhaler und entferne ihn. Prüfe dann die Dosierungsangabe, ob noch genügend Dosen zur Verfügung stehen.
4. Halte den Turbuhaler gerade und drehe den farbigen Ring nach rechts bis zum Anschlag, dann zurück bis es klickt. Jetzt ist der Turbuhaler geladen.
5. Halte den Turbuhaler weiterhin aufrecht ohne ihn zu kippen, zu schütteln oder hineinzublasen.
6. Drehe Dein Gesicht weg vom Mundstück und atme ganz aus. Dann halte das Mundstück dicht zwischen Zähnen und Lippen. Atme jetzt so kräftig und tief ein wie möglich. Entferne den Turbuhaler vom Mund und halte Deinen Atem während 10 Sekunden an. Drehe dann Deinen Kopf wieder weg vom Mundstück und atme aus.
7. Falls eine zweite Dosis nötig ist, wiederhole das Ganze nochmals.
8. Wenn Du fertig bist, wische das Mundstück mit einem trockenen Tuch oder dem Zipfel Deines T-Shirts ab und verschliesse den Turbuhaler wieder mit der Kappe.
9. Falls ein Kortison haltiger Turbuhaler verwendet wird, verhindert das nachträgliche Mundspülen oder Zähneputzen Rückstände im Mund.
10. Bei täglicher Anwendung von Kortison haltigen Präparaten ist es hilfreich, dieses zur Erinnerung bei der Zahnbürste aufzubewahren.