

## Inhalatory suchego proszku

Zawierają lek w postaci proszku.

Może to być:

- proszek z lekiem w kapsułkach - za każdym razem przed inhalacją musisz ją włożyć do komory inhalatora, a następnie przekłuć kapsułkę poprzez mocne jednoczesne naciśnięcie bocznych przycisków
- proszek z lekiem w zbiorniku kilkudziesięcioma dawkami – aby przyjąć kolejną dawkę, musisz przesunąć dźwignię inhalatora

## Inhalatory ciśnieniowe z dozownikiem

- zawierają pojemnik ze sprężonym gazem, który jest nośnikiem dla cząsteczek leku
- aby przyjąć porcję leku, musisz nacisnąć przycisk (zwykle jest to górna część pojemnika z lekiem)
- konieczne jest skoordynowanie wyzwolenia dawki i rozpoczęcia wdechu

## Leki w nebulizacji

- przyjmujesz je za pomocą nebulizatora, czyli urządzenia wytwarzającego mgiełkę leku

## SKALA NASILENIA DUSZNOŚCI

**Wykonaj prosty test MRC  
(Medical Research Council),**

**aby określić stopień  
zaawansowania duszności.**

**Wynik podaj farmaceutce lub lekarzowi.**

**0** - masz duszności jedynie podczas silnego wysiłku fizycznego

**1** - masz duszności podczas szybkiego marszu po płaskim terenie lub wchodzenia na niewielkie wzniesienie

**2** - z powodu duszności chodzisz wolniej niż rówieśnicy albo idąc we własnym tempie po płaskim terenie, musisz się zatrzymywać dla nabrania powietrza

**3** - po przejściu około 100 metrów lub po kilku minutach marszu po płaskim terenie musisz się zatrzymać dla nabrania powietrza

**4** - duszności występują nawet przy ubieraniu się lub rozbieraniu; z powodu duszności nie możesz wyjść z domu

Porozmawiaj ze swoim farmaceutą, jeśli masz pytania dotyczące leków lub techniki inhalacji. Dodatkowe informacje znajdziesz w ulotce leku lub na stronie internetowej:

[www.astma-alergia-pochp.pl](http://www.astma-alergia-pochp.pl)

Źródła: wytyczne GOLD 2023



NOWY LEK

OPIEKA  
FARMACEUTYCZNA

MATERIAŁ EDUKACYJNY  
DLA PACJENTÓW

Przewlekła obturacyjna  
choroba płuc

Uwagi i zalecenia farmaceuty



PATRONAT

Polska Federacja  
Stowarzyszeń Chorych  
na Astmę, Alergię i POChP

## CZYM JEST POChP?

**Przewlekła obturacyjna choroba płuc** (w skrócie **POChP**) - to choroba, która charakteryzuje się kaszlem lub kaszlem z odkrztuszaniem plwociny oraz dusznością w trakcie wysiłku fizycznego.

Objawy te wywołuje stan zapalny w drogach oddechowych. Pojawia się on zarówno w drzewie oskrzelowym, jak i w pęcherzykach płucnych. W efekcie powoduje to przewlekłą i postępującą niedrożność oskrzeli (tzw. obturację).

## SPRAWDŹ SIĘ!

Zeskanuj kod QR i wypełnij **test oceniający POChP!**

Test możesz wykonać podczas spotkań z farmaceutą w zakresie konsultacji Nowy Lek.



## JAK LECZYĆ POChP?

- **rzuć palenie**, unikaj też biernego palenia oraz zanieczyszczonego powietrza (zarówno na zewnątrz, jak i w pomieszczeniach)
- dbaj o aktywność fizyczną i regularny ruch, dużo spaceruj
- zdrowo się odżywiaj, utrzymuj prawidłową masę ciała
- wykonuj ćwiczenia oddechowe:
  - ułóż usta jak do gwizdania (w „dziubek”), rób powolny wydech i jednocześnie wciągaj brzuch (unikaj parcia)
  - oddychaj przeponą
- regularnie stosuj wszystkie zalecane leki
- opanuj właściwą technikę inhalacji
- rozważ szczepienie przeciwko pneumokokom oraz coroczne szczepienie przeciwko grypie



## JAKIE SĄ LEKI NA POChP?

### 1) Leki wziewne

- inhalatory ciśnieniowe z dozownikiem
- inhalatory suchego proszku
- inhalatory miękkiej mgły
- leki w nebulizacji

### 2) Leki w postaci tabletek



## WAŻNE!

- po inhalacji sterydami umyj twarz, zęby i wypłucz usta
- nie rób wydechu do inhalatora
- przeczytaj w ulotce, w jaki sposób możesz wyczyścić swój inhalator

**Aby leczenie przebiegało prawidłowo, musisz opanować właściwą technikę inhalacji.**