

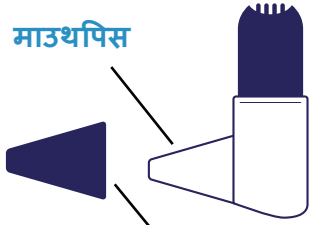
तपाईंको EASYHALER® प्रयोग गर्नका लागि निर्देशनहरू®



Easyhaler कसरी प्रयोग गर्ने र भण्डार गर्ने बारे थप जानकारीका लागि कृपया प्याकेज हातेपर्चा हेर्नुहोस्।

कसरी सुरु गर्ने?

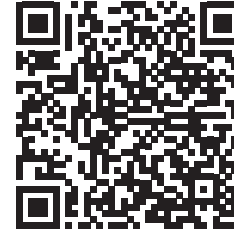
माउथपिस



डस्टक्याप

- ▶ प्रत्येक नयाँ Easyhaler यन्त्र पाउडर सुक्खा राख्नका लागि पन्नी पाउचमा आउँछ।
- ▶ तपाईं आफ्नो Easyhaler इन्हेलर प्रयोग गर्न सुरु गर्न तयार नभएसम्म पाउच नखोल्नुहोस्।
- ▶ Easyhaler उपकरणमा हटाउन सकिने डस्टक्यापको साथ माउथपिस छ।
- ▶ तपाईंले Easyhaler यन्त्र प्रयोग नगरेको बेलामा डस्टक्यापले तपाईंको यन्त्रको माउथपिस ढाकेको कुरा सुनिश्चित गर्नुहोस्। यसले कुनै पनि औषधिको आकस्मिक रिलीजलाई रोक्नेछ।

EASYHALER® निर्देशन भिडियो



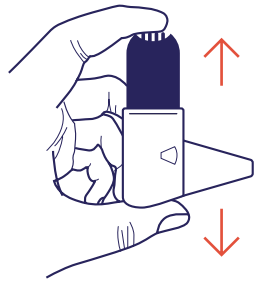
मलाई स्क्यान गर्नुहोस्

Easyhaler को भिडियो कसरी प्रयोग गर्ने भनेर हेर्न यो पृष्ठमा QR कोड स्क्यान गर्नुहोस्।

तपाईंले आफ्नो Easyhaler यन्त्र लेबलको छेउमा, प्याकेजको कार्टोनमा र प्याकेज हातेपर्चामा QR कोडहरू पनि फेला पार्न सक्नुहुन्छ।

वैकल्पिक रूपमा, यो सामग्री हेर्न www.oeh.fi/uk मा जानुहोस्।

तपाईंको EASYHALER® बाट कसरी खुराक लिने?

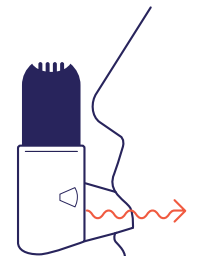


1. हल्लाउनुहोस्।

- ▶ डस्टक्याप हटाउनुहोस्।
- ▶ इन्हेलरलाई आफ्नो तर्जनी र औंलाको बीचमा राख्नुहोस्।
- ▶ इन्हेलरलाई ठाडो स्थितिमा 3-5 पटक हल्लाउनुहोस्।

2. क्लिक गर्नुहोस्

- ▶ तपाईंले एक क्लिक सुन्न नभएसम्म तल थिच्नुहोस्।
- ▶ त्यसपछि यसलाई यसको मूल स्थितिमा फिर्ता दिनुहोस्।

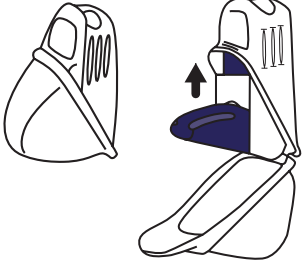


3. श्वास लिनुहोस्

- ▶ यन्त्रबाट सामान्य रूपमा श्वास फेर्नुहोस्।
- ▶ इन्हेलरको माउथपिसलाई आफ्नो मुखमा राख्नुहोस्, आफ्नो ओठलाई माउथपिसको वरिपरि बलियो गरी बन्द गर्नुहोस्।
- ▶ लामो र गहिरो श्वास लिनुहोस्।
- ▶ आफ्नो मुखबाट इन्हेलर निकाल्नुहोस् र कम्तीमा 5 सेकेन्डका लागि आफ्नो श्वास होल्ड गर्नुहोस्।
- ▶ सामान्य रूपमा श्वास फेर्नुहोस्।
- ▶ यदि तपाईंको प्रिस्क्रिप्शनले तपाईंलाई एक भन्दा बढी खुराक लिन आवश्यक छ भने, तपाईं प्रत्येक पटक तपाईंको इन्हेलर प्रयोग गर्दा 1 देखि 3 चरणहरू दोहोर्नुहोस्। एकचोटि तपाईंले समाप्त गरिसकेपछि, माउथपिसमा डस्टक्याप बदल्नुहोस्।
- ▶ यदि तपाईंको Easyhaler यन्त्र मा श्वास लिने कोर्टिकोस्टेरोइड (प्रीभेन्टर) छ भने तपाईंले आफ्नो मुख र घाँटीलाई पानीले कुल्ला र थुकेको सुनिश्चित गर्नुहोस्। निल्नु हुँदैन। यसले मौखिक फंगल संक्रमण (थश) को जोखिम कम गर्न मद्दत गर्ने छ।

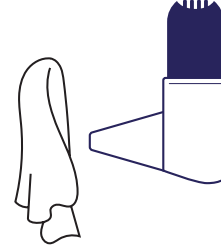


सुरक्षा कभर



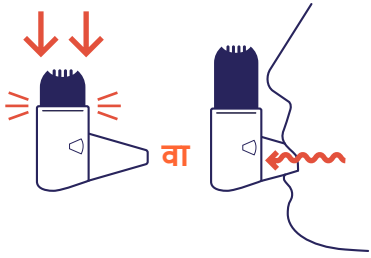
- ▶ एक सुरक्षा कभर वैकल्पिक छ। सुरक्षा कभर खोल्नुहोस् र यसमा इन्हेलर घुसाउनुहोस्।
- ▶ सुरक्षा कभर प्रयोग गर्दा, कभर खोल्नुहोस् र चरणहरू पालना गर्नुहोस्:
1. हल्लाउनुहोस्, 2. क्लिक गर्नुहोस् र 3. श्वास फेर्नुहोस्
- ▶ इस्टक्याप बदल्नुहोस् र त्यसपछि सुरक्षा कभरमा कभर बन्द गर्नुहोस्।

सफाई



- ▶ सफा सुक्खा कपडा वा टिस्स्युले माउथपिस सफा गर्नुहोस्।
- ▶ आफ्नो Easyhaler® सफा गर्न पानी वा अन्य तरल पदार्थ प्रयोग नगर्नुहोस्। तपाईंको इन्हेलर भित्रको पाउडर नमीका लागि संवेदनशील हुन सक्छ।
- ▶ यदि तपाईं सुरक्षा कभर प्रयोग गर्दै हुनुहुन्छ भने, तपाईंले माउथपिस सफा गर्न इन्हेलर हटाउन आवश्यक छैन।

के गर्ने कहिले...

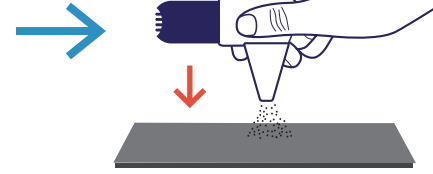


तपाईंले एक पटक भन्दा बढी क्लिक गर्नुभयो?

- ▶ के तपाईंले दुर्घटनावश इन्हेलर क्लिक गर्नुभयो? उचित खुराक सुनिश्चित गर्न एक पटक मात्र क्लिक गर्न महत्त्वपूर्ण रहन्छ।

तपाईंले इन्हेलरमा श्वास फेर्नुभयो?

- ▶ के तपाईंले इन्हेलरमा श्वास फेर्नुभयो? यो महत्त्वपूर्ण छ कि तपाईंले इन्हेलर माउथपिसमा श्वास फेर्नुहुन्न किनकि यसले इन्हेलरलाई बन्द गर्न सक्छ।

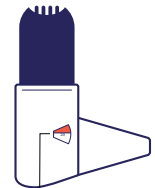


समाधान

माउथपिस खाली गर्नुहोस्!

- ▶ पाउडरलाई टेबलको माथि वा आफ्नो हातको हत्केलामा खाली गर्न माउथपिसमा ट्याप गर्नुहोस्।
- ▶ त्यसपछि चरणहरूसँग फेरि सुरु गर्नुहोस्:
1. हल्लाउनुहोस्, 2. क्लिक गर्नुहोस् र 3. श्वास फेर्नुहोस्।

नयाँ EASYHALER प्राप्त गर्दै



खुराक काउन्टर

- ▶ इन्हेलरको छेउमा डोज काउन्टर हुन्छ। यसले तपाईंको यन्त्रमा कति डोजहरू बाँकी छन् भनेर देखाउँछ।
- ▶ प्रत्येक 5 औं खुराकपछि काउन्टर घुम्छ र प्रदर्शित संख्या 10 को एकाइमा घट्छ।
- ▶ जब खुराक काउन्टर रातो हुन्छ, त्यहाँ 20 खुराकहरू बाँकी छन्। यदि तपाईंसँग पहिले नै नयाँ इन्हेलर छैन भने नयाँ प्रिस्क्रिप्शनका लागि आफ्नो चिकित्सकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।
- ▶ **जब काउन्टर 0 पुग्छ, तपाईंले इन्हेलर बदल्नु पर्छ।**
- ▶ यदि सुरक्षा कभर प्रयोग गर्दै हुनुहुन्छ भने, कृपया यसलाई आफ्नो अर्को इन्हेलरसँग प्रयोग गर्न राख्नुहोस्।

यदि तपाईंलाई कुनै साइड इफेक्टहरू छन् भने, आफ्नो चिकित्सक, फार्मासिस्ट वा नर्ससँग कुरा गर्नुहोस्। यसमा प्याकेज हातेपर्चामा सूचीबद्ध नगरिएका सम्भावित साइड इफेक्टहरू समावेश छन्। तपाईंले पहिलो कार्ड योजना मार्फत साइड इफेक्टहरू यहाँ रिपोर्ट गर्न सक्नुहुन्छ:

www.mhra.gov.uk/yellowcard
साइड इफेक्ट रिपोर्ट गरेर, तपाईं औषधिको सुरक्षा बारे थप जानकारी उपलब्ध गराउन मद्दत गर्न सक्नुहुन्छ।



यो सामग्री रिसाइकल पेपर प्रयोग गरी उत्पादन गरिएको हो

February 2025/EASYH-413g(3)

Orion Pharma (UK) Ltd, Abbey Gardens,
4 Abbey Street, Reading, RG1 3BA, UK

