

ยาพ่นจมูก (Nasal spray)

1. กำจัดน้ำมูกออกจากจมูกให้หมด (ถ้ามี)
2. เขย่งขาขวา เปิดฝาขวดยาออก จับขวดพ่นยาด้วยนิ้วชี้และนิ้วกลางที่เป็นสีขาว โดยใช้นิ้วหัวแม่มือรองรับที่ก้นขวดพ่น
3. นั่งตัวตรงเงยศีรษะขึ้นเล็กน้อย หรือก้มศีรษะ หุบปากให้สนิท สอดปลายที่พ่นยาเข้าไปในรูจมูก ใช้นิ้วมืออีกข้างกดรูจมูกข้างที่เหลือ
4. สูดหายใจเข้าช้าๆ พร้อมกับกดที่พ่นยาเข้าจมูก การพ่นยาต้องให้ปลายหลอดพ่นชี้ไปทางผนังด้านข้างจมูกให้มากที่สุด ห้ามพ่นยาเข้าไปที่ผนังก้นช่องจมูก
5. กลับหายใจ 2 - 3 วินาที
6. ถ้าต้องพ่นข้างละ 2 ครั้ง ควรพ่นข้างละ 1 ครั้งให้ครบทั้ง 2 ข้างก่อนแล้วจึงเริ่มพ่นครั้งที่ 2 ให้ครบทั้ง 2 ข้าง
7. เช็ดทำความสะอาดที่ปลายพ่น ปิดฝาเก็บให้เรียบร้อย



คำแนะนำเพิ่มเติม

- กรณีเป็นยาพ่นบรรเทาอาการคัดจมูก ให้ใช้เป็นครั้งคราวเมื่อจำเป็น แต่ถ้าเป็นยาพ่นที่เป็นสเตียรอยด์ จะต้องใช้ยาสม่ำเสมอตามแพทย์สั่ง เพราะยานี้ไม่สามารถบรรเทาอาการได้ทันที
- บ้วนปาก กลั้วคอด้วยน้ำสะอาด หลังพ่นยาที่เป็นสเตียรอยด์
- ไม่ควรหยุดยา ลดขนาดยา หรือเพิ่มขนาดยาเอง โดยไม่ปรึกษาแพทย์
- การใช้ยาพ่นจมูก อาจทำให้รู้สึกถึงรสขมของยาได้ เพราะช่องจมูกกับลำคอมีทางติดต่อถึงกัน