



# Cómo Usar el Spray Nasal

Los spray nasales ayudan prevenir la congestión nasal, mucosidad y estornudo con pocos efectos secundarios.

**Los spray nasales aplican el medicamento contra las alergias justo donde lo necesita**, sobre las paredes de los conductos nasales.



## Hay 2 Tipos de Spray Nasales:

- Spray en pompa con base en agua
- Spray secos sin agua con marcador de dosis

Seguir las instrucciones que siguen para usar el spray nasal enseguida. Esto le ayuda aprovechar del medicamento y aminorar cualquier efecto secundario.

## Instrucciones del Spray Nasal, Paso a Paso

- 1. Leer las instrucciones antes de usar.** Cada medicamento es diferente. Fijarse cómo preparar, limpiar, cómo sostener el contenedor o pompa y si necesita inhalar o no.
- 2. Preparar el spray** al tirar un chorro al aire un par de veces hasta que salga un rociado fino. Hacer esto antes de usar por primera vez o si no lo ha usado por un tiempo.
- 3. Soplar su nariz suavemente** para eliminar la mucosidad antes de usar el spray. Esto permite la medicina llegar dentro de los conductos nasales. Si está tan mal congestionado, tal vez necesite un lavado nasal o un descongestionante. Esto tal vez tome un par de días para abrir la nariz antes de usar el spray.
- 4. Suavemente coloque la punta del spray  $\frac{1}{4}$  a  $\frac{1}{2}$  pulgada dentro de la nariz.** Está diseñado para no entrar demasiado. Evite empujarlo muy adentro. Evite tocar el tabique (el tejido que separa ambos lados de la nariz) con la punta del spray nasal.

### **Apuntar el spray al contrario del centro de la nariz.**

Apuntar hacia el oído para asegurar el spray llegue hasta atrás de la nariz. Esto asegura menos medicina caiga en el tabique y cause daño.

Sostener el spray con la mano izquierda al colocarlo en la fosa nasal derecha. Sostener el spray con la mano derecha al colocarlo en la fosa nasal izquierda.



# Cómo Usar el Spray Nasal

## Instrucciones del Spray Nasal, Paso a Paso

**5. Inclínese ligeramente hacia el frente.** Presione y cierre la fosa nasal que no usa. Si el doctor le instruye, inhale suavemente con la otra fosa nasal al activar el spray.

Algunos spray no necesitan que inhale.

Otros spray necesitan levantar la barbilla hacia atrás, no hacia el frente.



**6. Exhale por la boca.**

**Evite** soplar la nariz por lo menos 15 minutos después de usar el spray. Solamente limpie cualquier líquido que salga.

**7. Limpie la punta después de cada uso y colocar la tapa.**

Si está obstruida, revise las instrucciones para limpiar.

**Evita** usar un alfiler o cualquier otro objeto para destapar o hacer el orificio más grande.



**8. Mantener un registro de las dosis y spray de preparación usadas.**

Reemplace el spray nasal después de los usos recomendados.

Tal vez sobre algo de líquido en el contenedor al usar todas las dosis. **Evite** usar cualquier líquido sobrante. No es una buena mezcla de la medicina.

Material Adaptado de la Red de Alergia y Asma.

<http://allergyasthmanetwork.org>