

# エクリラ®を お使いになる患者さんへ

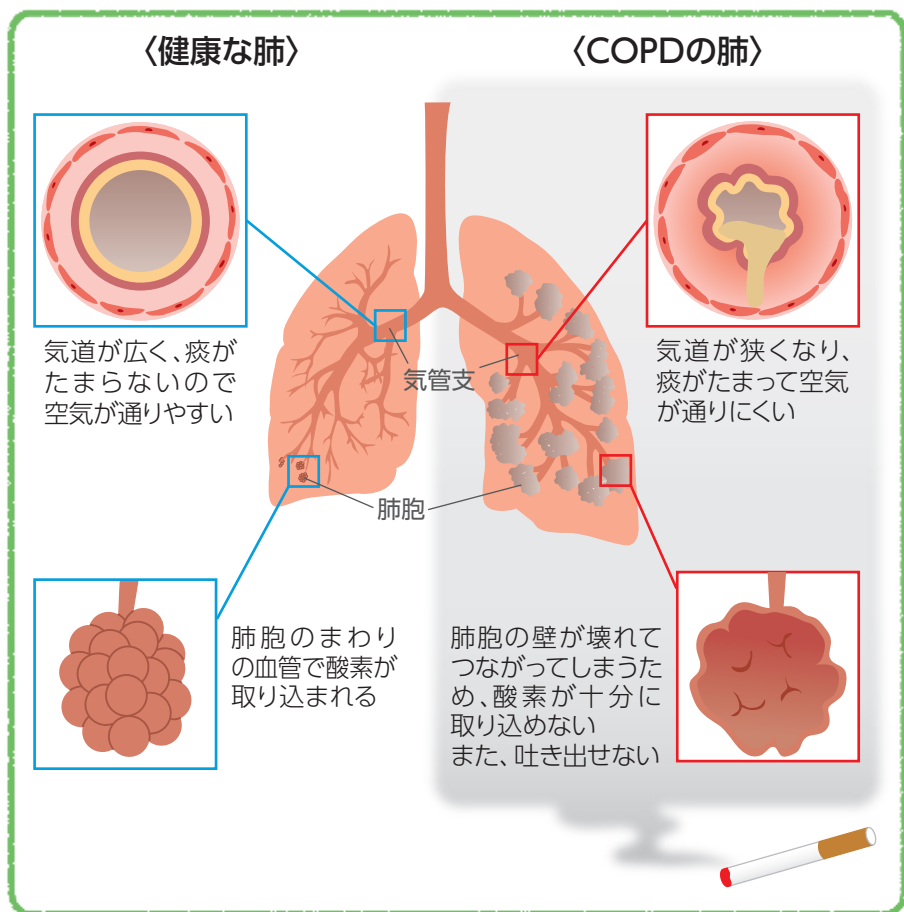
COPDの症状は、禁煙と適切な治療によって改善します。  
「歳のせい」とあきらめる必要は全くありません。  
エクリラ®を正しく吸入し、進行を抑えて毎日をより快適に  
過ごしましょう。

チェック☑を  
入れながら  
お読みください



# COPDってどんな病気？

- タバコなどの有害物質を長年吸い込むことによって、気管支や肺胞はいほうに障害が起こる病気です。
- 患者さんの90%以上が喫煙者で、長期間の喫煙習慣が主な原因であることから、「肺の生活習慣病」といわれています。長期喫煙者の7人に1人がCOPDになるといわれています。
- COPDになると正常な呼吸が難しくなり、咳せき、痰たん、息切れなどの症状がみられます。
- 肺が完全に元の状態にもどることはありません。また、適切な治療をせずに放置すると症状が進行してしまいます。



- COPDの症状は、動作の多い日中だけでなく、夕方から早朝にかけても多くの患者さんが感じています。また、夜間の症状により睡眠が妨げられ、生活の質が低下してしまうことがあります。

☀️ 1日の中で支障のある動作はありませんか? 🌙



布団を上げる/  
ベッドメイクをする



階段を上る




歩く




シャワーをあびる/  
お風呂に入る


- 病気が進行すると症状が強くなり、日常生活に支障をきたします。適切な治療を継続し、病気を進行させないことが重要です。




症状を感じない  
場合も多い




長びく  
咳・痰




動いた時の  
息切れ



酸素の  
吸入



外出  
できない



寝たきり

軽症
重症

👤 今回処方されたエクリラ®は、気管支を長時間広げるタイプのお薬です。このタイプのお薬はCOPDの治療に広く使われています。

👤 エクリラ®は、1日2回吸入することで、1日を通して症状を改善し安定させます。



# エクリラ<sup>®</sup>の吸入方法

吸入

キャップ両側の矢印部分を軽く押して引っ張り、外します。



吸入前の状態

赤色



## ステップ 1 ボタンを押して離す

① 吸入器を水平に持ち、ボタンを下までしっかりと押して離します。



ボタンを押すと信号が赤色から緑色に変わります。

吸入準備ができた状態

緑色



薬剤がセットされています。

## ステップ 2 吸入する

② しっかり息を吐いてから、吸入口を軽くかんで唇で包むように深くくわえ、強く深く吸い込みます。



「カチッ」という音が生、信号が緑色から赤色へ戻ります。

吸入できた状態

赤色



③ 吸入口から口を離し、3～5秒程度(苦しくない程度)息を止めてから、ゆっくりと息を吐きます。

- 吸入が終わったら、キャップを付けて室温で保管してください。
- 患者さんによっては甘みや苦みを感じる場合があります。のどや口の中に残った薬剤が気になる方はうがいをしてください。

吸入



吸入動画

パソコン、スマートフォンなどから吸入方法の動画がご覧いただけます。

<http://www.ek-kyunyu.jp>

# ご注意ください

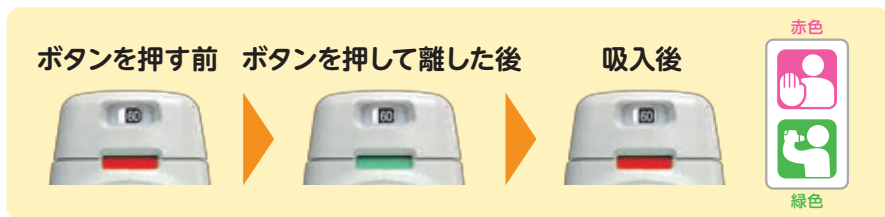
## 準備

- 全ての操作は、ボタンを上にして吸入器を水平に行いましょう。
- 吸入前に、吸入器を振る必要はありません。
- ボタンは吸入直前に押しましょう。



## 方法

- ボタンは押したら離しましょう。
- 使用する時は信号の色を確認しましょう。



- 吸入口に息を吹きかけないようにしましょう。①
- 吸入口と唇の間に隙間がないようにご注意ください。②
- ボタンを押したまま吸入しないでください。③
- 肺にお薬を届けるため、「カチッ」と音がした後も、最後まで息を吸いきりましょう。



## 終了後


- 直射日光の当たる場所、冷蔵庫・冷凍庫で保管しないでください。
- 吸入器に水をかけないようにご注意ください。
- 汚れが気になる時は、乾いた清潔な布やティッシュで拭いてください。

# 症状を進行させないために

## まずは禁煙を！

禁煙はCOPDの進行を抑える、もっとも効果的で経済的な方法です。タバコをやめて適切な治療を続ければ、病気の進行や症状を抑えることができます。



 禁煙の方法については、医師にご相談ください。

## “増悪”<sup>ぞうあく</sup>しないように、しっかり管理

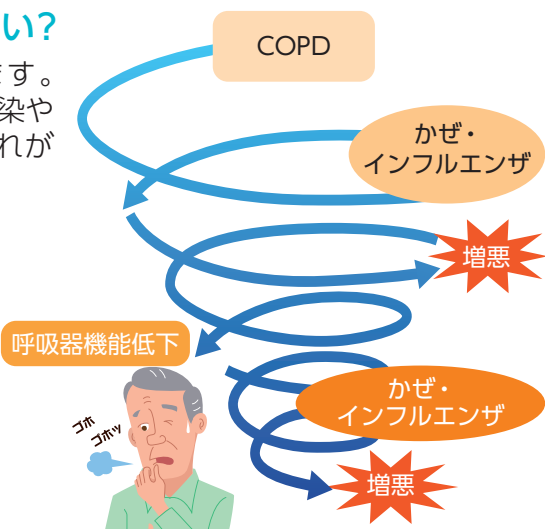
“増悪”とは、かぜ・インフルエンザなどにかかることにより、COPDの症状が

### ● 増悪するとなにがいけない？

増悪はCOPDの進行を早めます。また、細菌やウイルスなどへの感染や増悪を繰り返しやすくなるおそれがあります。

### ● 増悪の予防対策は？

- ①人混みをさける
- ②こまめな手洗い・うがい
- ③十分な睡眠
- ④栄養とバランスのよい食事
- ⑤インフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンの接種



## 栄養のあるバランスのよい食事を！

体重が減ると、免疫力が低下し感染症にかかりやすくなります。また、呼吸にはたくさんのエネルギーが必要なため、十分な栄養とバランスのよい食事が重要です。

- 1 タンパク・ビタミン・カルシウムなどの栄養を十分に摂りましょう。  
一度に多く食べられない時は、1日3回の食事に2回の間食を加えるなど、工夫しましょう。  
※他の疾患で食事療法が必要な方は、主治医にご相談ください。
- 2 イモ類、炭酸飲料など、胃にガスがたまるものは控えましょう。  
⇒おなか膨れて食欲が低下したり、呼吸がしにくくなります。
- 3 塩分の多い物は控えましょう。  
⇒高血圧や動脈硬化の原因になり、心臓にも負担をあたえます。

悪化することです。

### ● こんな症状は要注意！

- ▶ 咳や痰が増える
- ▶ 息切れが強くなる
- ▶ 足がむくむ
- ▶ 発熱
- ▶ 食欲低下
- ▶ 胸がどきどきする
- ▶ 胸や肩が痛くなる

“増悪”のサインかもしれません。  
医療機関を受診しましょう。



## Q. ボタンを押しても信号が緑色に変わりません。

A. もう一度ボタンを下までしっかりと押し離し、信号が緑色に変わったことを確認してから吸入してください。

## Q. 何度もボタンを押してしまいました。

A. ボタンを何度押しても、お薬が1回吸入分より多くセットされることはありません。安心してそのまま吸入してください。

## Q. 吸入器を傾けて操作してしまいました。

## Q. 吸入口に息を吹きかけてしまいました。

A. 今回はそのまま吸入してください。ただし、適切な量の薬剤が吸入できない可能性があるため、次回から注意してください。

## Q. ボタンを押したまま吸入してしまいました。

## Q. 吸入しても信号が緑色のまま変わりません。

A. ボタンを押さずに、もう一度強く、深く吸入してください。信号が赤色に戻れば吸入は完了です。

## Q. カウンターが動きません。

A. カウンターは、ボタンを押すごとに少しずつ左に動いています。

なお、カウンターの数字は10ずつ減っていきます。



カウンターに「赤色の線」が見え始めたら、再受診して新しいお薬を準備してください。

## Q. 吸入後、すぐにまたボタンを押してしまいました。

A. 信号が緑色になってしまった場合は、次の吸入までお薬がこぼれないように保管し、次の吸入ではボタンを押さずにそのまま吸入してください。