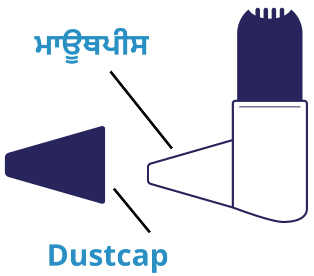
ਤੁਹਾਡੇ Easyhalerਦੀਵਰਤੋਂ ਲਈ ਹਿਦਾਇਤਾਂ®

Easyhaler® ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੈਕੇਜ ਲੀਫ਼ਲੈਟ ਵੇਖੋ।

ORION PHARMA

ਕਿਵੇਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੀਏ?



- ਹਰੇਕ ਨਵਾਂ Easyhaler® ਯੰਤਰ ਪਾਊਡਰ ਨੂੰ ਸੁੱਕਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇੱਕ ਫੋਇਲ ਪਾਊਚ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀ ਆਪਣੇ Easyhaler® ਇਨਹੇਲਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ, ਪਾਊਚ ਨੂੰ ਨਾ ਖੋਲਹ੍ਹੋ।
- Easyhale® ਯੰਤਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਾਊਥਪੀਸ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹਟਾਉਣਯੋਗ ਡਸਟਕੈਪ ਹੈ।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀ ਆਪਣੇ Easyhale® ਯੰਤਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਡਸਟ-ਕੈਪ ਨਾਲ ਮਾਊਥਪੀਸ ਢਕਿਆ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਛੱਡਣ ਤੋਂ ਬਚਾਏਗਾ।

Easyhaler® ਹਦਾਇਤ ਵੀਡੀਓ

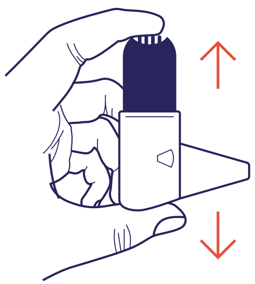
ਮੈਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ

Easyhale® ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ ਵੀਡੀਓ ਦੇਖਣ ਲਈ ਇਸ ਪੰਨੇ 'ਤੇ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀ ਆਪਣੇ Easyhale® ਯੰਤਰ ਦੇ ਲੇਬਲ ਦੀ ਸਾਈਡ 'ਤੇ, ਪੈਕੇਟ ਦੇ ਡੱਬੇ 'ਤੇ ਅਤੇ ਪੈਕੇਟ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੱਤਰ (ਲੀਫਲੈਟ) 'ਤੇ ਵੀ QR ਕੋਡ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

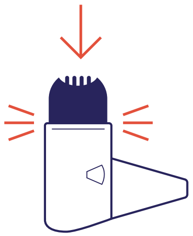
ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਇਸ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ www.oeh.fi/uk ਤੇ ਜਾਓ।

ਆਪਣੇ ਈਜ਼ੀਹੇਲਰ® ਤੋਂ ਖੁਰਾਕ ਕਿਵੇਂ ਲਈਏ



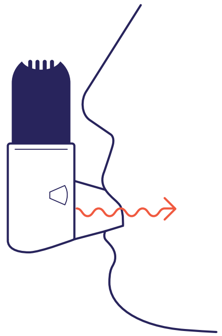
1. ਹਿਲਾਓ

- ਡਸਟਕੈਪ ਹਟਾਓ।
- ਇਨਹੇਲਰ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਉਂਗਲੀ ਅਤੇ ਅੰਗੂਠੇ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਰੱਖੋ।
- **ਇਨਹੇਲਰ ਨੂੰ ਸਿੱਧੀ** ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ 3-5 ਵਾਰ ਹਿਲਾਓ।



2. ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ

- ਇੱਕ ਕਲਿੱਕ ਸੁਣਨ ਤੱਕ **ਦਬਾਓ**।
- ਫਿਰ ਇਸਨੂੰ ਇਸਦੀ ਅਸਲ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਦਿਓ।

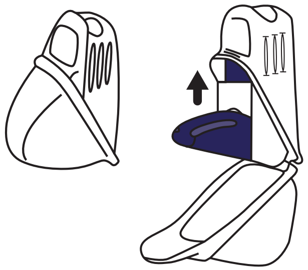


3. ਇਨਹੇਲ

- ਯੰਤਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋ ਕੇ ਆਮ ਵਾਂਗ ਸਾਹ ਛੱਡੋ।
- ਇਨਹੇਲਰ ਦੇ ਮਾਊਥਪੀਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ, ਆਪਣੇ ਬੁੱਲਹ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਾਊਥਪੀਸ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਕੱਸ ਕੇ ਬੰਦ ਕਰੋ।
- **ਇੱਕ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਅਤੇ ਡੂੰਘਾ ਸਾਹ ਲਓ।**
- ਇਨਹੇਲਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚੋਂ ਕੱਢੋ ਅਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 5 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਆਪਣਾ ਸਾਹ ਰੋਕੋ।
- ਆਮ ਵਾਂਗ ਸਾਹ ਛੱਡੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨੁਸਖੇ ਲਈ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀ ਆਪਣੇ ਇਨਹੇਲਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਦਮ 1 ਤੋਂ 3 ਦੁਹਰਾਓ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਹੋਵੋ, ਤਾਂ ਮਾਊਥਪੀਸ ਉੱਤੇ ਡਸਟ-ਕੈਪ ਵਾਪਸ ਲਗਾ ਦਿਓ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਈਜ਼ੀਹੇਲਰ® ਯੰਤਰ ਵਿੱਚ ਸਾਹ ਰਾਹੀ ਅੰਦਰ ਲਿਜਾਣ ਵਾਲਾ ਕੋਰਟੀਕੋਸਟੀਰੋਇਡ (ਰੋਕਥਾਮ) ਹੈ, ਤਾਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਗਲੇ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਕੁਰਲੀ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇਪਾਣੀ ਥੁੱਕ ਦਿੰਦੇ ਹੋ। ਨਿਗਲ ਨਾ ਕਰੋ। ਇਹ ਮੂੰਹ ਦੇ ਫੰਗਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ (ਥਰਸ਼) ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

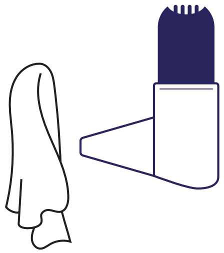
ਤੁਹਾਡੇ Easyhalerਦੀਵਰਤੋਂ ਲਈ ਹਿਦਾਇਤਾਂ®

ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਵਰ



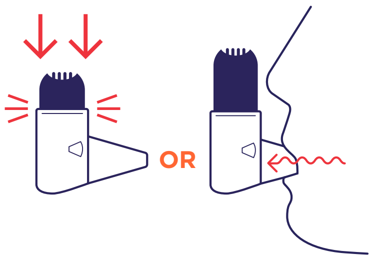
- ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਵਰ ਵਿਕਲਪਿਕ ਹੈ। ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਵਰ ਖੋਲਹੋ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਨਹੇਲਰ ਪਾਓ।
- ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਵਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਕਵਰ ਖੋਲਹੋ ਅਤੇ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ:
  1. ਹਿਲਾਓ, 2. ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ ਅਤੇ 3. ਸਾਹ ਲੈਣਾ
- ਡਸਟਕੈਪ ਨੂੰ ਬਦਲੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਵਰ 'ਤੇ ਕਵਰ ਬੰਦ ਕਰੋ।

ਸਫਾਈ



- ਮਾਊਥਪੀਸ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਸੁੱਕੇ ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਟਿਸ਼ੂ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ Easyhaler® ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਇਨਹੇਲਰ ਦੇ ਅੰਦਰਲਾ ਪਾਊਡਰ ਨਮੀ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਵਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਊਥਪੀਸ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਇਨਹੇਲਰ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜਦੋਂ...

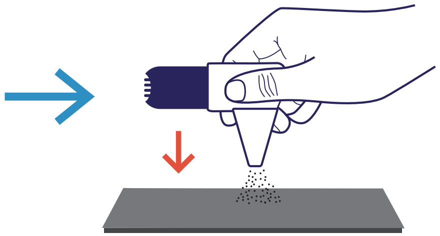


ਕੀ ਤੁਸੀ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਰ ਕਲਿੱਕ ਕੀਤਾ ਹੈ?

- ਕੀ ਤੁਸੀ ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਇਨਹੇਲਰ ਨੂੰ ਕਲਿੱਕ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ? ਸਹੀ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਵਾਰ ਕਲਿੱਕ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਕੀ ਤੁਸੀ ਇਨਹੇਲਰ ਵਿੱਚ ਸਾਹ ਛੱਡਿਆ ਸੀ?

- ਕੀ ਤੁਸੀ ਇਨਹੇਲਰ **ਵਿੱਚ** ਸਾਹ ਲਿਆ ਸੀ?
  ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀ ਇਨਹੇਲਰ ਮਾਊਥਪੀਸ ਵਿੱਚ ਸਾਹ ਨਾ ਲਓ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਇਨਹੇਲਰ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

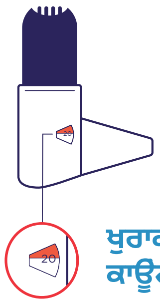


ਹੱਲ

ਮਾਊਥਪੀਸ ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਕਰੋ!

- ਮਾਊਥਪੀਸ ਨੂੰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ (ਕਿਸੇ ਟੇਬਲ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਹਥੇਲੀ 'ਤੇ) ਝਾੜੋ ਤਾਂ ਜੋ ਅੰਦਰ ਜਮਹ੍ਹਾਂ ਹੋਇਆ ਪਾਊਡਰ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਜਾਵੇ।
- ਫਿਰ ਕਦਮਾਂ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ:
  1. ਹਿਲਾਓ, 2. ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ ਅਤੇ 3. ਸਾਹ ਲੈਣਾ

ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਈਜ਼ੀਹੇਲਰ ਲੈਣਾ



- ਇਨਹੇਲਰ ਦੇ ਪਾਸੇ 'ਤੇ ਇੱਕ ਖੁਰਾਕ ਕਾਊਂਟਰ ਲੱਗਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਯੰਤਰ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਬਾਕੀ ਹਨ।
- ਹਰ 5ਵੀਂ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਾਊਂਟਰ ਘੁੰਮਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਸੰਖਿਆ 10 ਯੂਨਿਟਾਂ ਵਿੱਚ ਘਟਦੀ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਖੁਰਾਕ ਕਾਊਂਟਰ ਲਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ 20 ਖੁਰਾਕਾਂ ਬਾਕੀ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਨਵਾਂ ਇਨਹੇਲਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਨਵੇਂ ਨੁਸਖੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
- **ਜਦੋਂ ਕਾਊਂਟਰ 0 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਹੇਲਰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।**
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਵਰ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਗਲੇ ਇਨਹੇਲਰ ਨਾਲ ਵਰਤਣ ਲਈ ਰੱਖੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਪੈਕੇਜ ਲੀਫਲੈਟ ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕੋਈ ਵੀ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਤੁਸੀ ਯੈਲੋ ਕਾਰਡ ਸਕੀਮ ਰਾਹੀ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:
www.mhra.gov.uk/yellowcard.
ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਕੇ, ਤੁਸੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਸਮੱਗਰੀ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕੀਤੇ ਕਾਗਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

ਜਨਵਰੀ 2026/MAT-GB-EH-012026-0113

ਓਰੀਅਨ ਫਾਰਮਾ (ਯੂਕੇ) ਲਿਮਟਿਡ
ਬਲੇਡ, ਐਬੇ ਸਕੁਏਅਰ ਰੀਡਿੰਗ, ਬਰਕਸ, RG1 3BE