-ابتدا دستهای خود را بشویید -قبل از اجرای دستور ، اسپری را چندین بار تکان دهید -اسپری را یکبار در هوا پوش کنید تا آماده ی کار شود -برای تاثیرگذاری بهتر ، باید مجاری بینی قبل از اجرای دستور تمیز و تخلیه شده باشند -سر را در وضعیت مستقیم قرار دهید -در کودکان سر را طوری با دستهای خود مهار کنید که تکان ناگهانی سر در هنگام انجام تکنیک باعث آسیب به مجاری بینی و... نشود -نوک اسپری را در مجرا قرار دهید . دو انگشت را در مجاورت لوله و یک انگشت را زیر ظرف قرار دهید . -یک مجرا را با انگشت ببندید -همزمان با پوش کردن دارو از فرد بخواهید تا نفس عمیق بکشد -و سپس به منظور تاثیرگذاری بیشتر نفس خود را کمی نگاه دارد -بهتر است از مجرایی استفاده کنید که انحراف ندارد -قبل از گذاشتن درپوش ، لوله را با دستمال تمیز کنید -به بیمار تاکید کنید علی رغم برطرف شدن یا کاهش علائم دوره درمانی خود را طبق دستور پزشک سپری و به اتمام برساند -انجام مراحل فوق در کودکان و بزرگسالان مشترک است