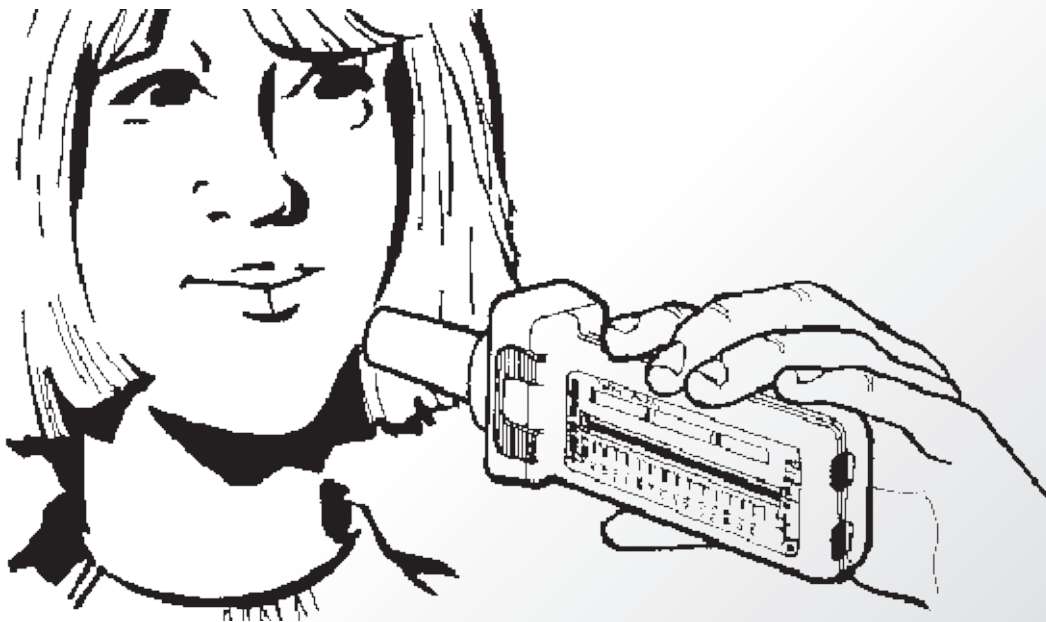




PEAK FLOW METER





Bitte aufmerksam lesen!

Liebe Patientin, lieber Patient!

Ihr Arzt hat Ihnen das PARI Peak Flow Meter zur Messung Ihrer individuellen Atemstromstärke verordnet. Diese Broschüre enthält detaillierte Informationen darüber, wie Sie mit Hilfe Ihres PARI Peak Flow Meters den momentanen Zustand Ihrer Atemwege und dessen Veränderung besser einschätzen lernen. Der Arzt kann mit Ihnen einen persönlichen Aktionsplan aufstellen, der Ihnen hilft, rechtzeitig und optimal auf Veränderungen Ihrer Krankheit zu reagieren.

Was ist ein Peak Flow?

Der Spitzenfluss (engl.: peak flow) misst die Kraft bzw. Schnelligkeit Ihrer Ausatmung.

Ihr Peak Flow-Ergebnis wird höher liegen, wenn es Ihnen gesundheitlich gut geht, und niedriger, wenn sich Ihre Luftwege verengt haben. Peak Flow-Werte bilden auch die Grundlage der Einteilung des Asthmas in die verschiedenen Schweregrade. Ziel ist es hierbei, einen möglichst stabilen Peak Flow zu erreichen. Dies bedeutet, dass die Unterschiede zwischen den Ergebnissen morgendlicher und abendlicher Messungen (die auch beim Gesunden auftreten) möglichst gering sind.

Warum werden Peak Flow-Messungen durchgeführt?

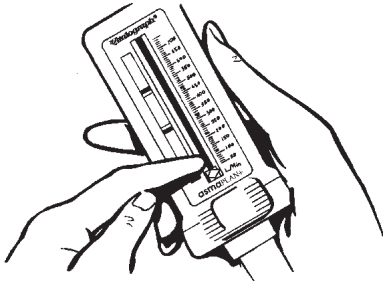
Durch die regelmäßige Peak Flow-Messung können Sie und auch Ihr Arzt bereits kleine Änderungen des Zustandes Ihrer Lunge erkennen. Bei rechtzeitigen medikamentösen Maßnahmen können Sie Ihr Asthma kontrollieren oder einen ernsthaften Asthma-Anfall verhindern. Anhand Ihres Peak Flow Meter-Protokolls lässt sich beurteilen, ob Sie auf die Medikamente, die Ihnen Ihr Arzt verordnet hat, ansprechen.

Messung

Wie wird die Peak Flow-Messung durchgeführt?

Messen Sie Ihre Peak Flow-Werte mindestens zweimal täglich, möglichst zur gleichen Zeit, z. B. morgens nach dem Aufstehen und abends vor dem Zubettgehen. Bei Atemnot und bei Bronchialinfekten sollten Sie zusätzliche Messungen durchführen.

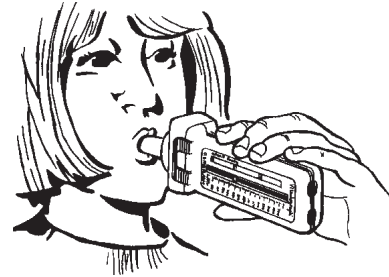
- Schieben Sie den Zeiger an das untere Ende der Messskala.



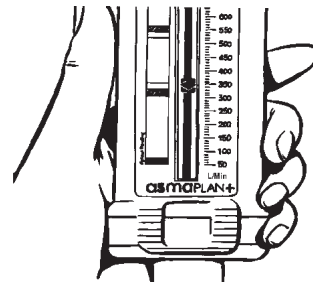
- Halten Sie das Gerät waagrecht vor Ihren Mund. Achten Sie dabei darauf, den Schlitz mit dem Zeiger und die Öffnungen am Ende des Gerätes nicht mit den Fingern abzudecken.



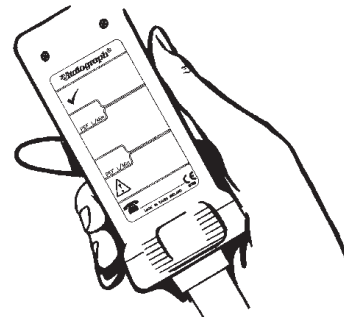
- Atmen Sie tief ein. Umschließen Sie das Mundstück fest mit Lippen und Zähnen.
- Pusten Sie so **kräftig** wie möglich mit **einem** Atemstoß in das Peak Flow Meter hinein.



- Lesen Sie den Messwert gemäß dem Zeigerstand ab. Notieren Sie den Wert und schieben Sie den Zeiger zurück an das untere Skalende.



- Führen Sie die Messung noch zweimal durch, und ermitteln Sie anschließend, in welche Zonenfarbe der höchste der drei abgelesenen Werte fällt.



- Tragen Sie den höchsten der drei abgelesenen Werte (persönlicher Bestwert) in die Protokolltabelle am Ende dieser Gebrauchsinformation ein.

Aktionsplan

Wie erhalte ich meinen persönlichen Asthma-Aktionsplan?

Der Arzt legt für Sie in einem individuellen Aktionsplan fest, welche Maßnahmen getroffen werden müssen, wenn sich Ihre Atemwegssituation verschlechtert, d.h. der Peak Flow-Wert bestimmte Grenzwerte unterschreitet. Basis für diesen Aktionsplan (und somit für das Selbst-Management Ihrer Krankheit) sind die über einen bestimmten Zeitraum gemessenen Peak Flow-Werte aus Ihrer Tabelle.

Ihre Peak Flow-Ergebnisse fallen normalerweise in eine der drei farbigen Zonen – Grün, Gelb oder Rot. Folgen Sie den Anweisungen des Aktionsplanes für die Farbzone, in die der höchste Ihrer Messwerte fällt.

Kleben Sie den beiliegenden und von Ihrem Arzt ausgefüllten „Aktionsplan“ auf die Rückseite Ihres Peak Flow Meters.

Wie oft muss Dein Aktionsplan aktualisiert werden?

Sie sollten Ihren Arzt mindestens zweimal jährlich zur Kontrolle und für eventuelle Änderungen Ihres Aktionsplanes aufsuchen.

Peak Flow Protokoll für 4 Wochen

Bitte fertigen Sie sich vor der ersten Beschriftung von diesem Protokoll ausreichend Kopien an oder beziehen Sie neue Formulare über einen Ausdruck der PARI-Internet-Seite www.pari.de.

Grün	Alles in Ordnung. Ihr Peak Flow-Wert liegt oberhalb von L/Min (> 80 % des persönlichen Bestwertes). Nehmen Sie täglich folgende Dauermedikation ein:
Gelb	Achtung! Maßnahmen erforderlich. Ihr Peak Flow-Wert liegt unterhalb von L/Min (< 80 % des persönlichen Bestwertes) Erhöhen Sie die Medikamentendosis wie folgt:
Rot	Notfallprogramm. Ihr Peak Flow-Wert liegt unter L/Min (< 50 % des persönlichen Bestwertes). Nehmen Sie sofort folgende Notfall-Medikamente ein: Bessert sich Ihr Peak Flow-Wert nicht um wenigstens 50 Einheiten, rufen Sie sofort den Notarzt.

Name des Patienten:														Verordnete Medikamente:														Monat:						
																												1	2	3	4	5	6	
																												7	8	9	10	11	12	
Datum:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			
L/Min.	800	750	700	650	600	550	500	450	400	350	300	250	200	150	100	50																		
Husten																																		
Atemnot																																		
Auswurf																																		

☀ = morgendlicher Messwert

☾ = abendlicher Messwert

Wichtig

Pflege bzw. Hygiene und Reinigung Ihres PARI Peak Flow Meters



Um eine Gesundheitsgefährdung, z.B. eine Infektion durch ein verunreinigtes Peak Flow Meter zu vermeiden, sind die nachfolgenden Hygienevorschriften unbedingt einzuhalten.

Ihr PARI Peak Flow Meter liefert in der Regel bis zu 3 Jahre lang zuverlässige Messergebnisse. Nach Ablauf dieser Zeitspanne sollten Sie Ihren Arzt nach einem neuen Gerät fragen.

Die Funktionsfähigkeit ist nur gegeben, wenn alle beweglichen Teile frei beweglich sind, andernfalls ist ein Ersatz erforderlich. Es dürfen keine Öle oder sonstigen Schmiermittel verwendet werden!

Achten Sie bitte darauf, dass das Gerät nicht beschädigt wird und halten Sie es sauber und staubfrei. Wenn Sie vermuten, Ihr Gerät sei beschädigt oder liefere falsche Messergebnisse, dann wenden Sie sich bitte umgehend an Ihren Arzt.

Das Mundstück des Peak Flow Meters sollte einmal wöchentlich mit einem weichen Schwamm, welcher vorher in eine mit Wasser verdünnte Geschirrspülmittellösung getaucht wurde, gereinigt werden. Danach das Mundstück bitte mit klarem Wasser nachspülen.

Aus hygienischen Gründen sollte jeder Patient sein eigenes Gerät besitzen. Dies insbesondere dann, wenn ansteckende Krankheiten vorliegen.

Bitte versuchen Sie niemals, das Gerät auseinanderzunehmen, denn dies könnte zu fehlerhaften Peak Flow-Messergebnissen führen!

Da nur Ihr Arzt oder speziell dazu ausgebildetes Pflegepersonal Ihren Aktionsplan aufstellen oder ändern sollen, empfiehlt es sich, bei jedem Arztbesuch PARI Peak Flow Meter und Peak Flow-Protokoll mitzubringen.

Die farbigen Balken links neben der Messskala auf der Vorderseite Ihres PARI Peak Flow Meters (zur Einstellung Ihrer individuellen Grenzwerte) sind verschiebbar.

Bitte verändern Sie die Position der farbigen Balken nicht selbstständig!

Sollten Sie die Farbbalken versehentlich verschoben haben, bitten Sie Ihren Arzt um eine erneute Einstellung. Ein Fixieren mit einem durchsichtigen Klebeband kann ein unbeabsichtigtes Verstellen verhindern.

Garantie

Ihr PARI Peak Flow Meter wird mit einer einjährigen Garantie ausgeliefert. Sollte ein Defekt auftreten, dann wenden Sie sich bitte sofort an Ihren Fachhändler.

Technische Daten

Material:	Wiederverwendbarer ABS-Kunststoff
Genauigkeit:	Besser als ± 10 l/min oder ± 10 % des Messwertes
Reproduzierbarkeit:	Besser als ± 10 l/min oder ± 5 % des Messwertes
Höhendifferenzen:	Reduziert Messwerte um ca. 5 % pro 1.000 m (verringerte Luftdichte erhöht PEF um ca. 5 % pro 1.000 m)
Max. Flusswiderstand:	0,00384 kPa/l/min bei 720 l/min
Standardbereich:	50 – 800 l/min BTPS
Lagerung:	Temperatur: 0 – 50°C
Relative Luftfeuchtigkeit:	10 % – 95 %
Frequenzgang:	Profilunterschied A/B weniger als 15 l/min/15 % (EN ISO 23747:2007)

Stand der Information: August 2010

Vertrieb

PARI GmbH
Postfach 1551
D-82317 Starnberg



Vitalograph Ireland Ltd
Gort Road Business Park
Ennis
Co. Clare
Ireland





Please read carefully!

Dear patient,

Your doctor has prescribed the PARI Peak Flow Meter for you for measuring the strength of your breathing. This brochure contains detailed information on how you can learn to be more accurate in estimating the current state of your respiratory tracts and any changes in them. Your doctor is drawing up an action plan for you that will help you to react quickly and optimally to changes in your illness.

What is a peak flow?

The peak flow measures the force or speed of your exhalation. Your peak flow result is higher when your health is better, and lower when your respiratory tracts have narrowed. Peak flow values are also the basis on which asthma is classified into different degrees of severity.

The aim of this is to achieve the most stable peak flow possible. This means that the differences between morning and evening measurement results (that also occur in healthy people) are as low as possible.

Why are peak flow measurements taken?

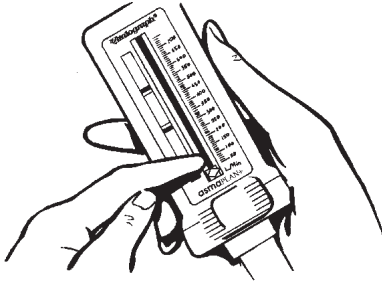
Both you and your doctor can already detect small changes in the state of your lungs through regular peak flow measurements. By taking medication in good time, you can get your asthma under control or prevent a serious asthma attack. Your peak flow log lets you assess whether you are responding to the medication prescribed for you by your doctor.

Measurement

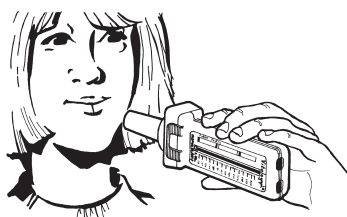
How is the peak flow measurement carried out?

Measure your peak flow values at least twice a day, and if possible at the same time each day, e.g. in the morning on getting up and in the evening before going to bed. If you are breathless or have a bronchial infection, you should take additional readings.

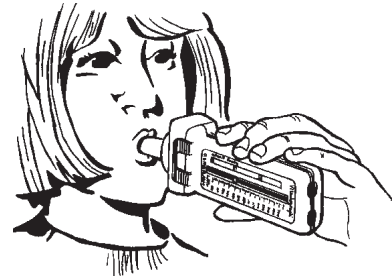
- Push the pointer to the lower end of the measurement scale.



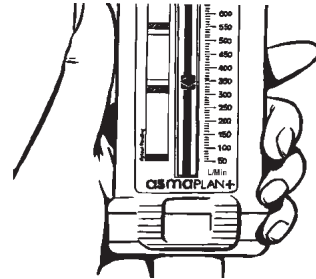
- Hold the device horizontally in front of your mouth. Please make sure that your fingers are not covering the pointer slit or the openings at the end of the device.



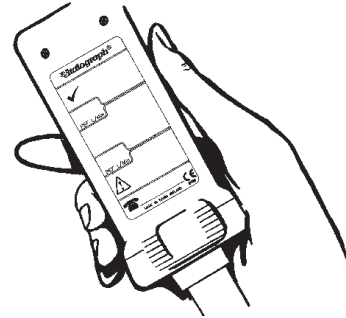
- Take a deep breath. Firmly surround the mouthpiece using your lips and teeth.
- Blow as **hard** as possible into the peak flow meter using just **one** breath.



- Read off the value from the pointer position. Take a note of the value and push the pointer back to the lower end of the scale.



- Take two more readings and then work out the colour zone of the highest of the three readings.



- Enter the highest of the three readings (personal best) into the enclosed log table.

Action Plan

How can I get my personal asthma Action Plan?

Plan for you, stating which measures will have to be taken if the state of your respiratory tract worsens, i.e. if the peak flow value falls below certain limits. This Action Plan (for the self-management of your illness) is based on the peak flow values measured over a certain period and taken from your table.

Green	Everything is O.K. Your peak flow value is more than L/Min (> 80 % of your personal best). Take the following continuous daily medication:
Amber	Caution! Measures must be taken. Your peak flow value is below L/Min (< 80 % of your personal best) Increase your medication dose as follows:
Red	Emergency program. Your peak flow value is below L/Min (< 50 % of your personal best). Take the following emergency medication immediately: If your peak flow value does not improve by more than at least 50 units, contact a doctor on emergency call immediately.

Your peak flow results normally fall into one of three coloured zones – green, amber or red. Follow the Action Plan instructions for the colour zone in which the highest of your measurements falls.

Stick the enclosed „Action Plan“ filled out by your doctor onto the rear side of your peak flow meter.

How often should the Action Plan be updated?

You should see your doctor at least twice a year to have your asthma checked and for possible changes to be made to your Action Plan.

Peak flow log for four weeks

Please take sufficient copies of the Action Plan before filling it out for the first time.

You can also obtain new copies from the PARI Internet page on www.pari.de.

Name of the patient:										Prescribed medication:										Month:											
																				1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12											
Date:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
L/Min.	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀
800																															
750																															
700																															
650																															
600																															
550																															
500																															
450																															
400																															
350																															
300																															
250																															
200																															
150																															
100																															
50																															
Cough																															
Breathless																															
Sputum																															

☀ = morning reading

☾ = evening reading

Important

Care and hygiene in cleaning your Peak Flow Meter



In order to prevent a contaminated Peak Flow Meter becoming a health hazard, e.g. from an infection, the following hygiene regulations must always be followed.

Your PARI Peak Flow Meter will usually give reliable results for up to 3 years. At the end of this time, you must ask your doctor for a new device.

The device will only function correctly if all moving parts move freely, otherwise a replacement will be required. Do not apply oil or other lubricants!

Please make sure that the device is not damaged and keep it clean and free from dust. If you suspect that the device is damaged or is giving incorrect results, contact your doctor immediately.

The mouthpiece of the Peak Flow Meter should be cleaned once a week with a soft sponge that has been immersed in a solution of washing up liquid diluted with water. The mouthpiece should then be rinsed thoroughly with fresh water.

The device should only ever be used by one patient. This is particularly important in the case of contagious illnesses.

Please do not ever try to dismantle the device. This can cause your Peak Flow Meter to give false measurements!

As your doctor is the only person who can draw up or amend your Action Plan, take your PARI Peak Flow Meter and the peak flow log with you when you visit the doctor.

The coloured bars on the left next to the measurement scale on your PARI Peak Flow Meter (for setting your individual limit values) can be moved.

Never change the position of the coloured bars yourself!

Should you inadvertently move the coloured bars, please ask your doctor to reset them. Fixing them using transparent adhesive tape should prevent them being moved inadvertently.

Guarantee

Your PARI Peak Flow Meter is supplied with a one-year guarantee.

If a defect occurs, contact your specialist dealer.

Technical Data

Material:	Recyclable ABS plastic
Accuracy:	Better than ± 10 l/min or $\pm 10\%$ of the measured value
Reproducibility:	Better than ± 10 l/min or $\pm 5\%$ of the measured value
Changes due to altitude:	Reduces measured values by about 5% per 1000 m (lower air density increases PEF by about 5% per 1000 m)
Max. flow resistance:	0.00384 kPa/l/min at 720 l/min
Standard range:	50 – 800 l/min BTPS
Storage:	Temperature: 0 – 50°C
Relative humidity:	10 % – 95 %
Frequency response:	Profile difference between A and B less than 15 l/min/15% (EN ISO 23747:2007)

Date of issue of information: August 2010

Sales

PARI GmbH
Postfach 1551
D-82317 Starnberg
Germany



Vitalograph Ireland Ltd
Gort Road Business Park
Ennis
Co. Clare
Ireland





A lire attentivement !

Chère patiente, cher patient,

Votre médecin vous a prescrit le Peak-Flow-mètre PARI pour mesurer votre capacité respiratoire individuelle. La présente brochure contient des informations approfondies sur la façon dont vous pouvez apprendre à mieux évaluer l'état momentané de vos voies respiratoires et leur évolution à l'aide du Peak-Flow-mètre PARI. Votre médecin définit pour vous un plan d'action qui vous aide à réagir à temps et de manière optimale aux évolutions de votre maladie.

Qu'est-ce qu'un Peak-Flow ?

Le débit de pointe (en anglais: peak flow) mesure la puissance et la rapidité de votre respiration.

Votre résultat Peak-Flow est plus élevé lorsque vous êtes en bonne santé et plus faible lorsque vos voies respiratoires sont rétrécies. Les valeurs Peak-Flow sont également à la base de l'évaluation de l'asthme aux différents degrés de gravité.

L'objectif poursuivi consiste ici à atteindre un Peak-Flow aussi stable que possible. Cela signifie que les différences entre les résultats des mesures du matin et du soir (qui se présentent également sur les sujets en bonne santé) sont aussi faibles que possible.

Pourquoi réalise-t-on des mesures Peak-Flow ?

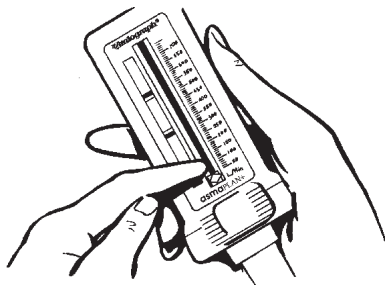
Grâce à une mesure Peak-Flow périodique, vous pouvez, de même que votre médecin, détecter même de légères modifications de l'état de vos poumons. Lors d'un recours à temps à des mesures médicamenteuses, vous pouvez contrôler votre asthme ou éviter une crise d'asthme sérieuse. A l'aide du protocole du Peak-Flow-mètre, il est possible de juger si les médicaments qui vous ont été prescrits par votre médecin donnent les résultats que vous souhaitez.

Mesure

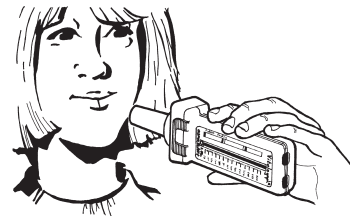
Comment la mesure Peak-Flow est-elle réalisée ?

Mesurez vos valeurs Peak-Flow au minimum deux fois par jour, si possible à la même heure, par exemple le matin après le lever et le soir avant le coucher. Lors de difficultés respiratoires ou d'infections des bronches, des mesures supplémentaires sont recommandées.

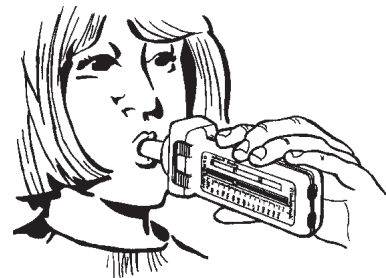
- Glissez l'aiguille sur l'extrémité inférieure de l'échelle des mesures.



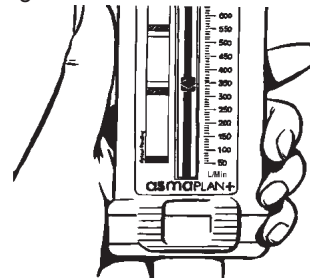
- Tenez l'appareil à l'horizontale devant votre bouche. Veillez à ne pas boucher avec les doigts la fente avec l'aiguille et les ouvertures à l'extrémité de l'appareil.



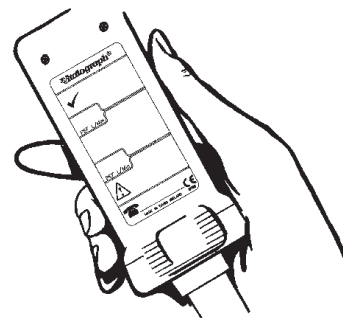
- Respirez profondément. Maintenez bien l'embout entre les dents et serrez les lèvres.
- Soufflez aussi **fort** que possible **d'une seule** expiration dans le Peak-Flow-mètre.



- Lisez le résultat de la mesure sur le compteur. Notez la valeur et repoussez l'aiguille sur l'extrémité inférieure de l'échelle.



- Effectuez de nouveau la mesure et notez ensuite dans quelle couleur de zone la valeur maximale des trois valeurs relevées se situe.



- Inscrivez la valeur la plus élevée des trois valeurs relevées (meilleure valeur personnelle) sur le tableau de protocole ci-joint.

Plan d'Action

Comment puis-je obtenir mon plan d'action personnel contre l'asthme ?

Le médecin établit pour vous un plan d'action individuel sur les mesures à prendre si la situation respiratoire se détériore, à savoir si la valeur Peak-Flow devient inférieure à certaines valeurs limites. Les valeurs Peak-Flow mesurées sur une certaine période et inscrites sur votre tableau sont à la base de ce plan d'action (pour l'autogestion de votre maladie).

Vert	<p>Tout est en ordre. Votre valeur Peak-Flow se situe au-dessus de L/Min (> 80 % de la meilleure valeur personnelle).</p> <p>Prenez chaque jour la médication suivante :</p>
Jaune	<p>Attention ! Des mesures sont nécessaires. Votre valeur Peak-Flow se situe en dessous de L/Min (< 80 % de la meilleure valeur personnelle). Augmentez la dose de médicaments comme suit :</p>
Rouge	<p>Programme pour cas d'urgence. Votre valeur Peak-Flow est inférieure à..... L/Min (< 50 % de la meilleure valeur personnelle).</p> <p>Prenez immédiatement les médicaments d'urgence suivants :</p> <p>Si votre valeur Peak-Flow ne s'améliore pas au minimum de 50 unités, un médecin des urgences doit être appelé.</p>

Vos résultats Peak-Flow se situent normalement dans une des trois zones en couleur - verte, jaune ou rouge. Suivez les instructions du plan d'action pour la zone de couleur dans laquelle se situent vos valeurs de mesures maximales.

Collez le « plan d'action » ci-joint rempli par votre médecin sur la partie arrière de votre Peak-Flow-mètre.

A quelle fréquence votre plan d'action doit-il être mis à jour ?

Vous devez aller au minimum deux fois par an chez le médecin afin de contrôler votre asthme et adapter éventuellement votre plan d'action.

Protocole Peak-Flow conçu pour quatre semaines

Réalisez suffisamment de copies avant de remplir pour la première fois votre plan d'action ou saisissez de nouveaux formulaires sur la page Internet PARI www.pari.de.

Nom du patient :														Médicaments prescrits :														Mois :					
																												1	2	3	4	5	6
																												7	8	9	10	11	12
Date :	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
L/Min. 800	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼		
750																																	
700																																	
650																																	
600																																	
550																																	
500																																	
450																																	
400																																	
350																																	
300																																	
250																																	
200																																	
150																																	
100																																	
50																																	
Toux																																	
Diff. respir.																																	
Rejets																																	

☼ = valeur de mesure du matin

☾ = valeur de mesure du soir

Important

Soin, hygiène et nettoyage de votre Peak-Flow-mètre



Afin d'éviter tout danger pour votre santé, par exemple suite à une infection due à un Peak-Flow contaminé, les prescriptions suivantes en matière d'hygiène doivent être impérativement respectées.

Votre Peak-Flow-mètre PARI donne en règle générale des résultats fiables durant trois ans. Au terme de cette période, il est recommandé de consulter votre médecin pour un nouvel appareil. Un bon fonctionnement est assuré uniquement si toutes les pièces sont bien mobiles; dans le cas contraire, un remplacement est nécessaire ! Ne pas utiliser d'huile ou autre lubrifiant !

Veillez à ce que l'appareil ne soit pas endommagé et conservez-le dans un état propre et exempt de poussière. S'il est supposé que l'appareil est endommagé ou donne des résultats de mesure erronés, consultez immédiatement votre médecin.

L'embout buccal du Peak-Flow-mètre doit être nettoyé une fois par semaine avec une éponge souple, trempée au préalable dans une solution de nettoyage diluée avec de l'eau. Rincer ensuite l'embout buccal à l'eau claire.

Pour des raisons d'hygiène, l'appareil doit être toujours utilisé par un seul patient.

Cette recommandation est tout particulièrement applicable en présence des maladies contagieuses.

N'essaie jamais de démonter l'appareil. Les résultats de mesure Peak-Flow peuvent être sinon faussés !

Etant donné que seul le médecin peut établir ou modifier votre plan d'action, apportez votre Peak-Flow-mètre PARI et le protocole Peak-Flow à chaque visite chez le médecin.

Les barres en couleur situées à gauche, à côté de l'échelle de mesure de votre Peak-Flow-mètre PARI (pour le réglage de la valeur de mesure individuelle) peuvent être déplacées.

NE MODIFIEZ JAMAIS LA POSITION DES BARRES EN COULEUR !

Si vous avez déplacé par mégarde les barres de couleur, demandez un nouveau réglage à votre médecin. Une fixation par une bande collante transparente peut empêcher un dérèglement non intentionnel.

Garantie

Votre Peak-Flow-mètre PARI est vendu avec une garantie d'un an. Si une défectuosité se présente, il convient d'avertir immédiatement votre détaillant.

Caractéristiques techniques

Matière :	Plastique ABS réutilisable
Exactitude :	Mieux que ± 10 l/min ou ± 10 % de la valeur de mesure
Reproductibilité :	Mieux que ± 10 l/min ou ± 5 % de la valeur de mesure
Différences de hauteur :	Réduit les valeurs de mesure d'env. 5 % par 1 000 m (une densité d'air diminuée augmente le débit d'air maximal d'env. 5 % par 1 000 m)
Résistance de débit max :	0,00384 kPa/l/min avec 720 l/min
Plage standard :	50 – 800 l/min BTSP
Conservation :	Température: 0 – 50 °C
Humidité relative de l'air :	10 % – 95 %
Taux de fréquence :	Différence de profil A/B inférieure à 15 l/min/15 % (EN ISO 23747:2007)

Situation de l'information : août 2010

Distribution

PARI GmbH
Postfach 1551
D-82317 Starnberg
Allemagne



Vitalograph Ireland Ltd
Gort Road Business Park
Ennis
Co. Clare
Ireland





Si prega di leggere attentamente queste istruzioni per l'uso!

Cara paziente, caro paziente,

Il Vostro medico Vi ha prescritto il Peak Flow Meter (misuratore del picco di flusso espiratorio) della PARI per la misurazione della potenza del Vostro flusso espiratorio. Quest'opuscolo contiene informazioni dettagliate sull'uso del Vostro Peak Flow Meter PARI che Vi aiuterà a capire lo stato attuale delle Vostre vie respiratorie e le loro modificazioni. Il Vostro medico curante preparerà un programma operativo adeguato alle Vostre esigenze, grazie al quale potrete reagire tempestivamente e in modo ideale ai cambiamenti della Vostra malattia.

Cos'è il peak flow?

Il flusso massimo (ingl.: peak flow) misura la potenza o velocità dell'espirazione.

Il peak flow sarà elevato se la Vostra salute è buona e basso in caso di restringimento delle vie respiratorie. I valori del peak flow servono da base per la suddivisione dell'asma nei diversi stadi di gravità. Lo scopo della terapia è quello di raggiungere un peak flow possibilmente stabile. Ciò significa che le divergenze (riscontrabili anche nella persona sana) tra i risultati delle misurazioni del mattino e quelle della sera devono essere possibilmente minime.

Qual è lo scopo delle misurazioni del picco di flusso espiratorio (peak flow)?

Grazie alla misurazione ad intervalli regolari del peak flow, sarà possibile per Voi e per il Vostro medico riconoscere anche piccole modifiche dello stato dei Vostri polmoni.

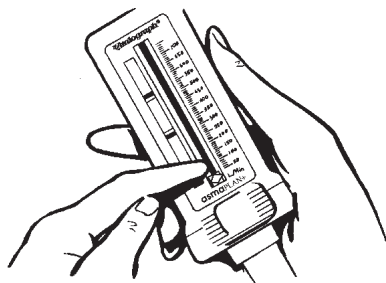
Ricorrendo tempestivamente all'uso di medicinali potrete tenere sotto controllo il Vostro asma ed evitare pericolosi attacchi. Sulla base del Vostro protocollo delle misurazioni del peak flow è possibile vedere se i medicinali prescritti dal Vostro medico portano ai risultati desiderati.

Misurazione

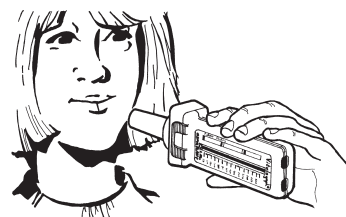
Come si esegue la misurazione del peak flow?

Misurare i valori del peak flow almeno due volte al giorno, possibilmente ad orari regolari, per esempio al mattino appena alzati e alla sera prima di coricarsi. In caso di insufficienza respiratoria o infezioni bronchiali si consiglia di effettuare ulteriori misurazioni.

- Portare l'ago in fondo alla scala graduata.



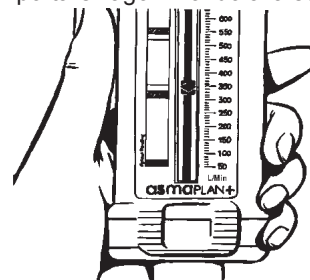
- Tenere l'apparecchio in posizione orizzontale davanti alla bocca.
Fare attenzione a non chiudere con le dita la fessura con l'ago e l'apertura sulla parte terminale dell'apparecchio.



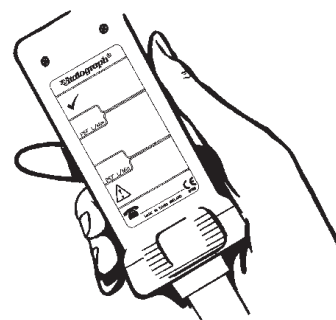
- Inspirare profondamente. Stringere tra le labbra e i denti il boccaglio.
- Soffiare il più **energicamente** possibile con **un solo** soffio nel misuratore del peak flow.



- Leggere il valore misurato secondo la posizione dell'ago. Annotare il valore e riportare l'ago in fondo alla scala graduata.



- Eseguire ancora due volte la misurazione e determinare poi in quale zona di colore si trovi il più alto dei tre valori letti.



- Registrare il più alto dei tre valori letti (valore migliore personale) nell'allegata tabella di protocollo.

Programma operativo

Come viene redatto il programma personale operativo?

Nel Vostro programma operativo personale contro l'asma il medico curante elenca le misure da adottare nel caso di un peggioramento della situazione respiratoria, cioè quando il valore di peak flow è inferiore a determinati valori limite. La base di questo programma d'azione (e quindi la gestione personale della propria malattia) è formata dai valori di peak flow della Vostra tabella misurati in un determinato periodo di tempo.

Verde	Tutto regolare. Il Vostro valore di peak flow è superiore a L/Min (> 80 % del valore migliore personale). Prendere giornalmente il seguente medicinale:
Giallo	Attenzione! Sono necessarie precauzioni. Il Vostro valore di peak flow è inferiore a L/Min (< 80 % del valore migliore personale). Aumentare la dose del medicinale come indicato qui di seguito:
Rosso	Programma di emergenza. Il Vostro valore di peak flow è inferiore a L/Min (< 50 % del valore migliore personale). Prendere immediatamente i seguenti medicinali d'emergenza: Nel caso il valore di peak flow non migliori di almeno 50 unità, informare immediatamente il medico.

I risultati di peak flow rientrano normalmente in una delle tre zone di colore: verde, giallo o rosso. Seguire le indicazioni del programma operativo per la zona di colore nella quale rientra il valore massimo dei valori misurati.

Attaccare il „programma operativo“ allegato, compilato dal Vostro medico curante, alla parte posteriore del misuratore di peak flow.

Quando è necessario utilizzare il programma operativo?

Si consiglia di recarsi almeno due volte all'anno dal medico per un controllo e per un'eventuale modifica del programma operativo.

Protocollo peak flow per quattro settimane

Prima dell'uso si prega di effettuare un numero sufficiente di copie o stampare nuovi moduli utilizzando il modello che si trova nel sito internet www.pari.de.

Nome del paziente:														Medicinali prescritti:														Mese:					
																												1	2	3	4	5	6
																												7	8	9	10	11	12
Data:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
L/Min. 800	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	
750																																	
700																																	
650																																	
600																																	
550																																	
500																																	
450																																	
400																																	
350																																	
300																																	
250																																	
200																																	
150																																	
100																																	
50																																	
Tosse																																	
Diff. respir.																																	
Espettor.																																	

☼ = valeur de mesure du matin

☾ = valeur de mesure du soir

Importante

Manutenzione, igiene e pulizia del misuratore di peak flow PARI



Per evitare un danno alla salute, per esempio un'infezione causata da un misuratore di peak flow sporco, attenersi scrupolosamente alle seguenti norme igieniche.

Il misuratore di peak flow PARI fornisce dati di misurazione affidabili per circa 3 anni. Dopo questo periodo di tempo richiedere al proprio medico un nuovo apparecchio.

Il funzionamento è garantito solo se tutte le parti mobili rimangono tali, in caso contrario è necessario procedere alla sostituzione del dispositivo. Non utilizzare olii o altri prodotti lubrificanti!

Fare attenzione che l'apparecchio non venga danneggiato e tenerlo pulito e al riparo dalla polvere. In caso si ritenga che l'apparecchio sia danneggiato o fornisca dati di misurazione non corretti, si prega di rivolgersi immediatamente al proprio medico curante.

Pulire una volta a settimana il boccaglio del misuratore di peak flow utilizzando una spugna precedentemente immersa in una soluzione di acqua e detergente per stoviglie. Quindi sciacquarlo a fondo con acqua pulita.

Per motivi igienici ogni paziente dovrebbe possedere un proprio apparecchio. Questo vale in modo particolare in caso di malattie infettive.

Non cercare di smontare l'apparecchio. Ciò potrebbe causare errori nella misurazione del peak flow!

Dato che il programma operativo può essere redatto e modificato solamente dal Vostro medico curante o da personale sanitario specializzato, si consiglia di portare con sé il misuratore di peak flow PARI e il protocollo del peak flow ad ogni visita medica.

Le barre colorate vicino alla scala graduata sulla parte anteriore del misuratore di peak flow PARI possono essere spostate (per regolare i propri valori limite).

SI PREGA DI NON MODIFICARE LA POSIZIONE DELLE BARRE COLORATE!

Nel caso le barre colorate siano state involontariamente spostate, rivolgersi al proprio medico che effettuerà una nuova regolazione. Il fissaggio con un nastro adesivo trasparente può essere opportuno per evitare spostamenti involontari.

Garanzia

Il misuratore di peak flow PARI ha una garanzia di un anno. In caso di guasti si prega di rivolgersi immediatamente al rivenditore autorizzato.

Dati tecnici

Materiale:	Plastica ABS riciclabile
Precisione:	Superiore a ± 10 l/min o $\pm 10\%$ del valore misurato
Riproducibilità:	Superiore a ± 10 l/min o $\pm 5\%$ del valore misurato
Differenze dovute all'altitudine:	Valori misurati ridotti di circa il 5% ogni 1.000 m (con densità dell'aria ridotta, il PEF (picco di flusso espiratorio) aumenta di circa il 5% ogni 1.000 m)
Massima resistenza al flusso:	0,00384 kPa/l/min a 720 l/min
Gamma standard:	50 – 800 l/min BTPS
Conservazione:	Temperatura: 0 – 50°C
Umidità relativa dell'aria:	10% – 95%
Risposta in frequenza:	Differenza profili A/B inferiore a 15 l/min/15% (EN ISO 23747:2007)

Aggiornamento dell'informazione: agosto 2010

Distributore

PARI GmbH
Postfach 1551
D-82317 Starnberg
Germania



Vitalograph Ireland Ltd
Gort Road Business Park
Ennis
Co. Clare
Ireland





Gelieve de aanwijzingen voor het gebruik aandachtig te lezen!

Beste patiënt, beste patiënte

Uw dokter heeft U een PARI Peak Flow meter voorgeschreven om de stroomsterkte van uw adem te meten. Deze brochure bevat gedetailleerde informatie hoe U met behulp van de PARI Peak Flow meter de huidige toestand van uw luchtwegen en elke verandering daarin beter leert te beoordelen. In overleg met uw dokter kan er een voor U persoonlijk actieplan opgesteld worden, dat U helpt om tijdig en optimaal te reageren op veranderingen van uw ziekte.

Wat is een Peak Flow?

De topstroom (engels: Peak Flow) meet de kracht en/of de snelheid van de uitademing.

Het Peak Flow resultaat zal hoger zijn als uw gezondheid goed is en lager als uw luchtwegen vernauwd zijn. Peak Flow waarden vormen tevens de basis om uw astma in te delen in verschillende zwaartegraden. Doel is het om zomogelijk een stabiele Peak Flow te bereiken. Dat betekent, dat de verschillen tussen de resultaten van de ochtendmetingen en de avondmetingen (die ook bij gezonden mensen optreden) zo klein mogelijk zijn.

Waarom meet men de Peak Flow?

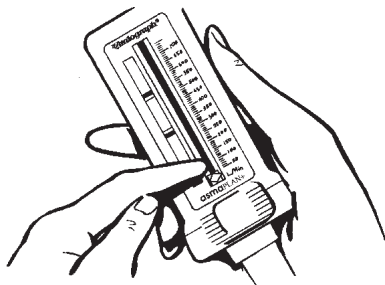
Door een regelmatige Peak Flow meeting kunt U en ook uw dokter al kleine veranderingen in de toestand van de longen herkennen. Bij tijdige maatregelen met medicamenten kunt U de astma onder controle krijgen of een ernstige astma aanval voorkomen. Aan de hand van het Peak Flow meter rapport kan beoordeeld worden of U op de medicamenten, die de dokter voorgeschreven heeft, reageert.

Meeting

Hoe wordt de Peak Flow meeting gedaan?

Meet de Peak Flow-waarden minstens tweemaal per dag, zo mogelijk op gelijke tijden bijv. ,s ochtends na het opstaan en ,s avonds voor het naar bed gaan. Bij ademnood en een bronchiale infectie moet U extra metingen doen.

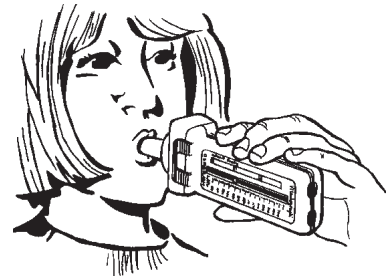
- Schuif de aanwijzer naar het einde van de meetschaal.



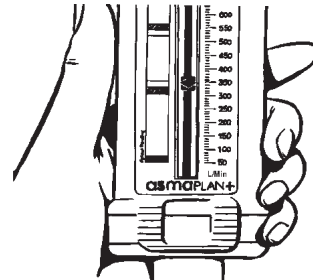
- Houdt het apparaat horizontaal voor uw mond. Let er op dat U de gleuf van de aanwijzer en de openingen aan het einde van het apparaat niet met de vingers toedekt.



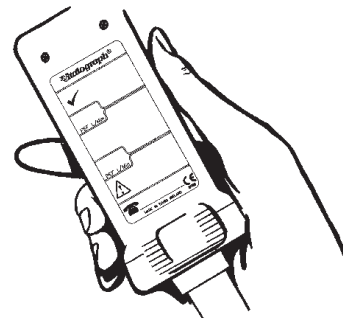
- Adem diep in. Omsluit het mondstuk stevig met de lippen en tanden.
- Blaas zo **krachtig** mogelijk in één ademstoot in de Peak Flow meter.



- Lees de gemeten waarde af van de aanwijzerstand. Noteer de waarde en schuif de aanwijzer terug naar het einde van de meetschaal.



- Doe de meeting nog tweemaal en stel vervolgens vast in welke kleur-zone de hoogste van de drie gelezen waarden ligt.



- Noteer de hoogste van de drie waarden (persoonlijke beste waarde) op het bijgevoegde rapport.

Actieplan

Hoe kom ik aan mijn persoonlijk astma-actieplan?

Uw dokter maakt voor U een individueel actieplan op, waarin staat welke maatregelen getroffen moeten worden wanneer de toestand van uw luchtwegen verslechterd. Basis voor dit actieplan (en daarmee voor de zelf-regeling van uw ziekte) zijn de Peak Flow waarden uit het rapport die U gedurende een bepaalde tijd gemeten heeft.

Groen	<p>Alles in orde. De Peak Flow waarde ligt boven de</p> <p>..... L/Min (> 80 % van uw persoonlijke beste waarde).</p> <p>Neem dagelijks de volgende medicamenten:</p>
Geel	<p>Opgepast! Maatregelen nodig. De Peak Flow waarde ligt onder de</p> <p>..... L/Min (< 80 % van uw persoonlijke beste waarde)</p> <p>Verhoog de dosis medicamenten als volgt:</p>
Rood	<p>Noodgeval. De Peak Flow waarde ligt beneden de</p> <p>..... L/Min (< 50 % van uw persoonlijke beste waarde).</p> <p>Neem onmiddellijk de volgende noodgeval medicamenten in:</p> <p>Indien de Peak Flow waarde niet met minstens 50 eenheden verbetert, moet U de dokter of de EHBO-arts bellen.</p>

De Peak Flow resultaten vallen gewoonlijk in een van de drie gekleurde zones - groen, geel of rood. Volg de aanwijzingen van het actieplan voor de kleurezone waarbinnen de hoogste meetwaarde valt.

Plak het door de dokter ingevulde bijgevoegde „actieplan“ op de achterzijde van de Peak Flow meter.

Hoe vaak moet het actieplan bijgewerkt worden?

U zou de dokter minstens tweemaal per jaar moeten bezoeken ter controle en voor een eventuele verandering van het actieplan.

PEAK FLOW RAPPORT VOOR VIER WEKEN

Maak voordat U het actieplan beschrijft voldoende kopieën of haal een nieuw op uit de PARI-internet site www.pari.de.

Naam van de patiënt:											Zet een kruisje in het rapport als U het medicament ingenomen heeft:											Maand:									
																						1	2	3	4	5	6				
																						7	8	9	10	11	12				
Datum:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
L/Min. 800	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼	☼
750																															
700																															
650																															
600																															
550																															
500																															
450																															
400																															
350																															
300																															
250																															
200																															
150																															
100																															
50																															
Hoesten																															
Ademnood																															
Sputum																															

☼ = valeur de mesure du matin

☾ = valeur de mesure du soir

Onderhoud, hygiëne en reiniging van de Peak Flow meter



Om gevaar voor uw gezondheid te voorkomen, bijv. een infectie door een verontreinigde Peak Flow meter, moet U zich onvoorwaardelijk aan de volgende hygiëne voorschriften houden.

De PARI Peak Flow meter geeft in de regel tot 3 jaar lang betrouwbare meetresultaten. Na verloop van deze periode moet U aan de dokter een nieuw apparaat vragen.

Het functioneren van het apparaat is afhankelijk van het vrij bewegelijk zijn van alle bewegende delen, anders moet het vervangen worden. Er mogen geen olie of andere smeermiddelen gebruikt worden!

Let er goed op, dat het apparaat niet beschadigd wordt en houdt het schoon en stofvrij. Als U vermoedt dat het apparaat beschadigd is of verkeerde meetresultaten geeft, moet U onmiddellijk contact opnemen met uw dokter.

Het mondstuk van de Peak Flow Meter moet elke week eenmaal met een zachte spons worden gereinigd; dompel deze doek eerst in een met water verdunde oplossing met detergent. Daarna dient het mondstuk met zuiver water te worden schoongespoeld.

Om hygiënische redenen dient iedere patiënt zijn eigen apparaat te hebben. Dit vooral indien er besmettelijke ziekten in omloop zijn.

Probeer a.u.b. nooit het apparaat uit elkaar te nemen. Dit kan namelijk tot verkeerde Peak Flow metingen leiden!

Daar alleen uw dokter of daarvoor speciaal opgeleid personeel het actieplan opstellen, is het aan te bevelen om de PARI Peak Flow meter en het Peak Flow rapport bij ieder bezoek aan uw dokter mee te nemen.

De gekleurde balken, links naast de meetschaal op de voorkant van de PARI Peak Flow meter (ter instelling van de persoonlijke grenswaarden) zijn verschuifbaar.

VERANDER NOOIT ZELF DE INSTELLING VAN DE GEKLEURDE BALKEN!

Indien de kleurbalken per ongeluk verschoven zijn, vraag dan uw dokter deze opnieuw in te stellen. Vastmaken met een doorzichtig plakband kan een per ongeluk verschuiven voorkomen.

Garantie

De Peak Flow meter wordt met één jaar garantie geleverd. Indien er een defect optreedt moet U de leverancier direct hierover informeren.

Materiaal:	Recycleerbare ABS-kunststof
Nauwkeurigheid:	Beter dan ± 10 l/min of ± 10 % van de meetwaarde
Reproduceerbaarheid:	Beter dan ± 10 l/min of ± 5 % van de meetwaarde
Hoogteverschil:	Reduceert de meetwaarden met circa 5 % per 1.000 m (kleinere luchtdichtheid verhoogt de PEF met circa 5 % per 1.000 m)
Max. stroomweerstand:	0,00384 kPa/l/min bij 720 l/min
Standaardbereik:	50 – 800 l/min BTPS
Bewaren:	Temperatuur: 0 – 50°C
Relatieve luchtvochtigheid:	10 % – 95 %
Frequentiearakteristiek:	Profielverschil A/B kleiner dan 15 l/min/15 % (EN ISO 23747:2007)

Stand der informatie: augustus 2010

Distributie

PARI GmbH
Postfach 1551
D-82317 Starnberg



Vitalograph Ireland Ltd
Gort Road Business Park
Ennis
Co. Clare
Ireland



Spezialisten für effektive Inhalation



PARI GmbH
Moosstrasse 3 • 82319 Starnberg • Germany
Tel.: +49 (0)8151-279 279 • Fax: +49 (0)8151-279 101
E-Mail: info@pari.de • www.pari.de