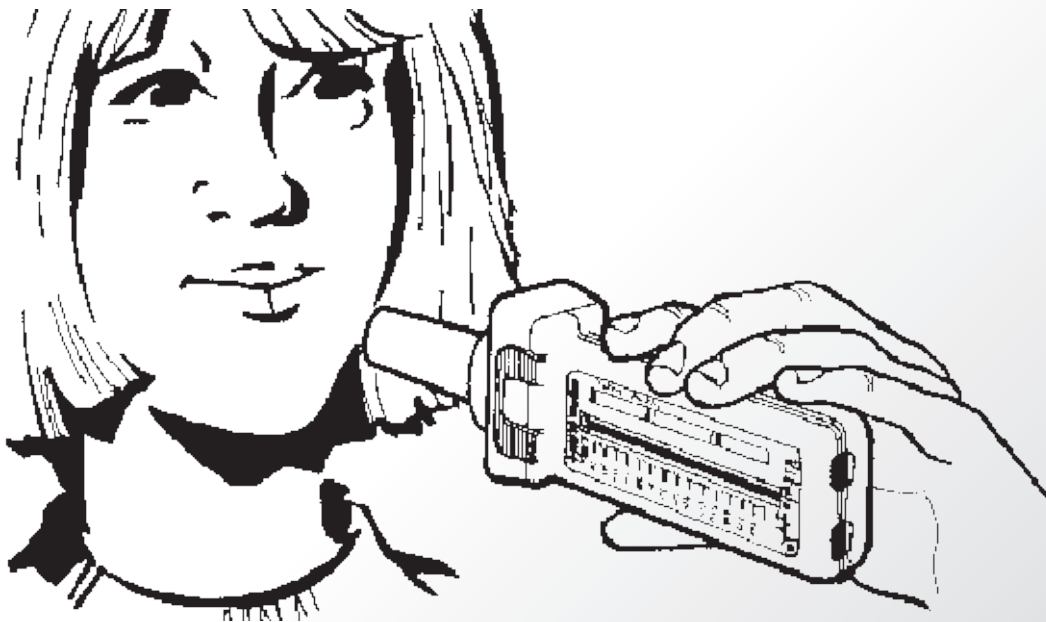




PEAK FLOW METER *Kids*





Bitte aufmerksam lesen!

Liebe Patientin, lieber Patient!

Dein Arzt hat Dir das PARI Peak Flow Meter zur Messung Deiner Atemstromstärke verordnet. Diese Broschüre enthält umfangreiche Informationen darüber, wie Du mit Hilfe Deines PARI Peak Flow Meters den momentanen Zustand Deiner Atemwege und dessen Veränderung besser einschätzen lernen kannst. Dein Arzt stellt für Dich einen Aktionsplan auf, der Dir hilft, rechtzeitig und optimal auf Veränderungen Deiner Krankheit zu reagieren.

Was ist ein Peak Flow?

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

Dein Peak Flow-Ergebnis wird höher liegen, wenn es Dir gesundheitlich gut geht und niedriger, wenn sich Deine Luftwege verengt haben. Peak Flow-Werte sind 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?

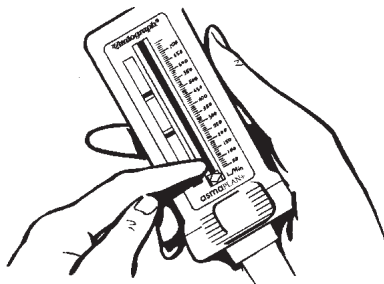
Durch die regelmäßige Peak Flow-Messung kannst Du und auch Dein Arzt bereits kleine Änderungen des Zustandes Deiner Lunge erkennen. Beim rechtzeitigen Einsatz medikamentöser Maßnahmen kannst Du Dein Asthma unter Kontrolle bekommen oder einen ernsthaften Asthma-Anfall verhindern. Anhand Deines Peak Flow Meter-Protokolls lässt sich beurteilen, ob die Medikamente, die Dir Dein Arzt verordnet hat, bei Dir wie gewünscht wirken.

Messung

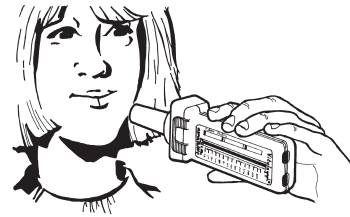
Wie wird die Peak Flow-Messung durchgeführt?

Miss Deine 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 solltest Du zusätzliche Messungen durchführen.

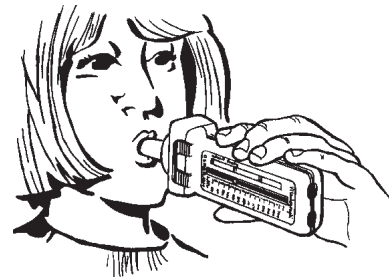
- Schiebe den Zeiger an das untere Ende der Messskala.



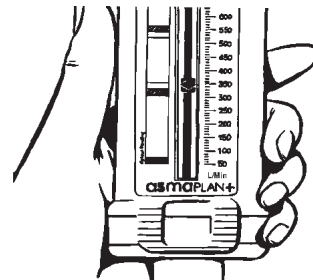
- Halte das Gerät waagrecht vor Deinen Mund. Bitte achte dabei darauf, den Schlitz mit dem Zeiger und die Öffnungen am Ende des Gerätes nicht mit den Fingern abzudecken.



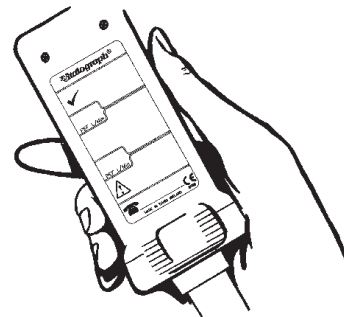
- Atme tief ein. Umschließe das Mundstück fest mit Lippen und Zähnen.
- Puste so **kräftig** wie möglich mit **einem** Atemstoß in das Peak Flow Meter hinein.



- Lies den Messwert gemäß dem Zeigerstand ab. Notiere den Wert und schiebe den Zeiger zurück an das untere Skalende.



- Führe die Messung noch zweimal durch, und ermittle anschließend, in welche Zonenfarbe der höchste der drei abgelesenen Werte fällt.



- Trage den höchsten der drei abgelesenen Werte (persönlicher Bestwert) in die Protokolltabelle ein.

Aktionsplan

Wie erhältst Du Deinen persönlichen Asthma-Aktionsplan?

Der Arzt stellt für Dich in einem individuellen Aktionsplan auf, welche Maßnahmen getroffen werden müssen, wenn sich Deine Atemwegssituation verschlechtert, d. h. der Peak Flow-Wert bestimmte Grenzwerte unterschreitet. Basis für diesen Aktionsplan (für das Selbst-Management Deiner Krankheit) sind die über einen bestimmten Zeitraum gemessenen Peak Flow-Werte aus Deiner Tabelle.

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

Klebe den beigefügten und von Deinem Arzt ausgefüllten „Aktionsplan“ auf die Rückseite Deines Peak Flow Meters.

Wie oft muss Dein Aktionsplan aktualisiert werden?

Du solltest mindestens zweimal im Jahr zum Arzt gehen, um Dein Asthma zu kontrollieren und eventuell Deinen Aktionsplan anzupassen.

Peak Flow Protokoll für 4 Wochen

Bitte fertige Dir vor der ersten Beschriftung des Aktionsplanes ausreichend Kopien an oder besorge Dir neue Formulare aus der PARI-Internet-Seite www.pari.de.

Grün	<p>Alles in Ordnung. Dein Peak Flow-Wert liegt oberhalb von L/Min (> 80 % des persönlichen Bestwertes).</p> <p>Nimm täglich folgende Dauermedikation ein:</p>
Gelb	<p>Achtung! Maßnahmen erforderlich. Dein Peak Flow-Wert liegt unterhalb von L/Min (< 80 % des persönlichen Bestwertes)</p> <p>Erhöhe die Medikamentendosis wie folgt:</p>
Rot	<p>Notfallprogramm. Dein Peak Flow-Wert liegt unter L/Min (< 50 % des persönlichen Bestwertes).</p> <p>Nimm sofort folgende Notfall-Medikamente ein:</p> <p>Bessert sich Dein Peak Flow-Wert nicht um wenigstens 50 Einheiten, muss der Notarzt gerufen werden.</p>

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 Deines 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.

Dein PARI Peak Flow Meter liefert in der Regel bis zu 3 Jahre lang zuverlässige Messergebnisse. Nach Ablauf dieser Zeitspanne solltest Du Deinen 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! Achte bitte darauf, dass das Gerät nicht beschädigt wird und halte es sauber und staubfrei. Wenn die Vermutung besteht, dass das Gerät beschädigt ist oder falsche Messergebnisse liefert, sollte umgehend Dein Arzt angesprochen werden.

Das Mundstück Deines 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.

Das Gerät sollte immer nur von einem Patienten benutzt werden. Dies insbesondere dann, wenn ansteckende Krankheiten vorliegen.

Bitte versuche niemals, das Gerät auseinanderzunehmen, Denn dies kann Deine Peak Flow-Messergebnisse verfälschen!

Da nur Dein Arzt Deinen Aktionsplan aufstellen oder ändern kann, bringe Dein PARI Peak Flow Meter und das Peak Flow-Protokoll zu jedem Arztbesuch mit.

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

Bitte verändere nie die Position der farbigen Balken selbstständig!

Solltest Du die Farbbalken versehentlich verschoben haben, bitte Deinen Arzt um eine erneute Einstellung. Ein Fixieren mit einem durchsichtigen Klebeband kann ein unbeabsichtigtes Verstellen verhindern.

Garantie

Dein PARI Peak Flow Meter wird mit einer einjährigen Garantie ausgeliefert. Sollte ein Defekt auftreten, dann wende Dich bitte sofort an Deinen 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?

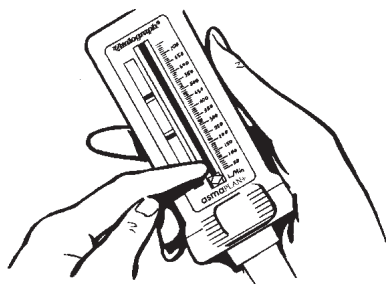
Both you and your doctor can already detect small changes in the state of your lungs through regular peak flow measurements. By taking medication in good time, you can get your asthma under control or prevent a serious asthma attack. Your peak flow log lets you assess whether the medication prescribed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

Measurement

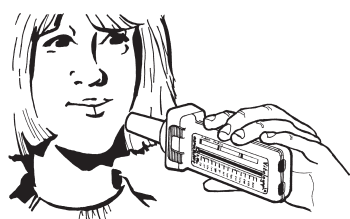
How is the peak flow measurement carried out?

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.

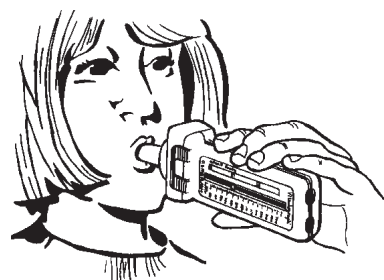
- Push the pointer to the lower end of the measurement scale.



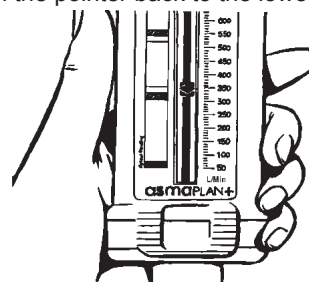
- Hold the device horizontally in front of your mouth. Please make sure that your fingers are not covering the pointer slit or the openings at the end of the device.



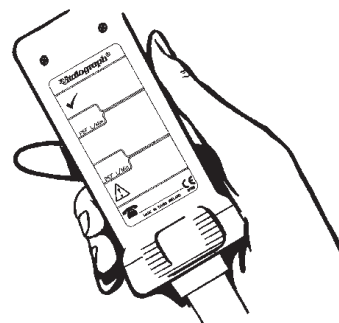
- Take a deep breath. Firmly surround the mouthpiece using your lips and teeth.
- Blow as **hard** as possible into the peak flow meter using just **one** breath.



- 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,

Ton médecin t'a prescrit le Peak-Flow-mètre PARI pour mesurer ta capacité respiratoire. La présente brochure contient des informations approfondies sur la façon dont tu peux apprendre à mieux évaluer l'état momentané de tes voies respiratoires et leur évolution à l'aide du Peak-Flow-mètre PARI. Ton médecin définit pour toi un plan d'action qui t'aide à réagir à temps et de façon optimale aux évolutions de ta maladie.

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

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

Ton résultat Peak-Flow sera plus élevé lorsque tu es en bonne santé et plus faible lorsque tes voies respiratoires sont rétrécies. Les valeurs Peak-Flow sont également à la base de l'évaluation de l'asthme à 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 ?

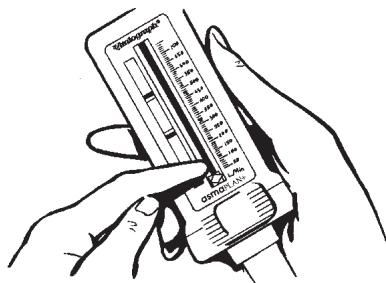
Grâce à une mesure Peak-Flow périodique, tu peux, de même que ton médecin, détecter même de légères modifications de l'état de tes poumons. Lors d'un recours à temps à des mesures médicamenteuses, tu peux contrôler ton asthme ou éviter une crise d'asthme sérieuse. A l'aide du protocole du Peak-Flow-mètre, il est possible de juger si les médicaments qui t'ont été prescrits par ton médecin donnent les résultats que tu souhaitais.

Mesure

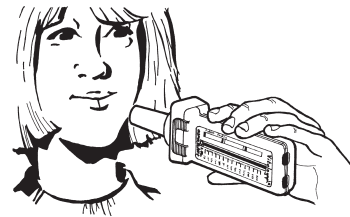
Comment la mesure Peak-Flow est-elle réalisée ?

Mesure tes 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.

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



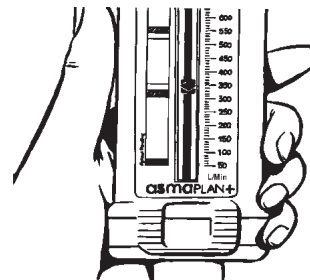
- Tient l'appareil à l'horizontale devant ta bouche. Veille à ne pas boucher avec les doigts la fente avec l'aiguille et les ouvertures à l'extrémité de l'appareil.



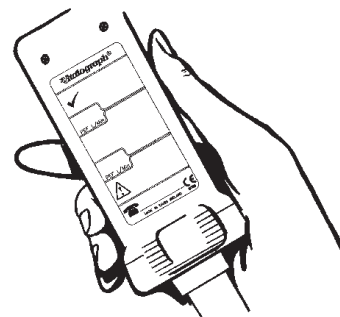
- Respire profondément. Maintient bien l'embout avec les lèvres entre les dents.
- Souffle aussi **fort** que possible **d'une seule** expiration dans le Peak-Flow-mètre.



- Lis le résultat de la mesure sur le compteur. Note la valeur et repousse l'aiguille sur l'extrémité inférieure de l'échelle.



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



- Inscris 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 toi 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 ton tableau sont à la base de ce plan d'action (pour l'autogestion de ta maladie).

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

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

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

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

Tu dois aller au minimum deux fois par an chez le médecin afin de contrôler ton asthme et adapter éventuellement ton plan d'action.

Protocole Peak-Flow conçu pour quatre semaines

Réalise suffisamment de copies avant de remplir pour la première fois ton plan d'action ou saisis de nouveaux formulaires sur la page Internet PARI www.pari.de.

Nom du patient :														Médicaments prescrits :														Mois :					
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 ton Peak-Flow-mètre



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

Ton Peak-Flow-mètre PARI donne en règle générale des résultats fiables pendant trois ans. Au terme de cette période, il est recommandé de consulter son 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 !

Veille à ce que l'appareil ne soit pas endommagé et conserve-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, consulte immédiatement ton médecin.

L'embout buccal de ton 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.

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. Sinon les résultats de mesure Peak-Flow peuvent être faussés !

Etant donné que seul le médecin peut établir ou modifier votre plan d'action, apporte ton 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 ton Peak-Flow-mètre PARI (pour le réglage de la valeur de mesure individuelle) peuvent être déplacées.

NE MODIFIE JAMAIS LA POSITION DES BARRES EN COULEUR !

Si tu as déplacé par mégarde les barres de couleur, demande un nouveau réglage à ton médecin. Une fixation par une bande collante transparente peut empêcher un dérèglement non intentionnel.

Garantie

Ton Peak-Flow-mètre PARI est vendu avec une garantie d'un an. Si une défectuosité se présente, il convient d'avertir le 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 BTPS
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 tuo medico ti ha prescritto il Peak Flow Meter della PARI per la misurazione della potenza del tuo flusso espiratorio. Quest'opuscolo contiene informazioni dettagliate sull'uso del tuo Peak Flow Meter PARI per valutare in modo migliore lo stato attuale delle tue vie respiratorie e le loro modificazioni. Il tuo medico preparerà un programma operativo adeguato alle tue esigenze il quale ti aiuterà a reagire tempestivamente e in modo ideale alle modifiche della tua 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 tua 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 (presenti anche nella persona sana) tra i risultati delle misurazioni del mattino e quelle della sera devono essere possibilmente minime.

Perché vengono eseguite misurazioni del flusso espiratorio massimo (peak flow)?

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

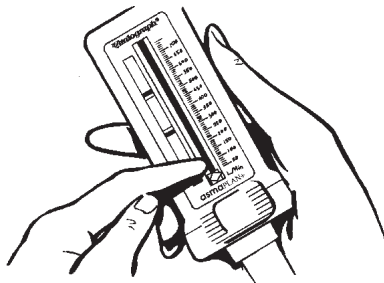
Ricorrendo tempestivamente all'uso di medicinali potrai tenere sotto controllo il tuo asma ed evitare pericolosi attacchi. Sulla base del tuo protocollo delle misurazioni del peak flow è possibile vedere se i medicinali prescritti dal tuo medico portano ai risultati desiderati.

Misurazione

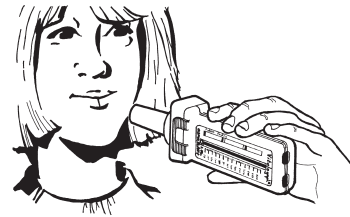
Come si esegue la misurazione del peak flow?

Misura i valori del peak flow almeno due volte al giorno, possibilmente ad orari regolari, per esempio al mattino appena alzato e alla sera prima di coricarti. In caso di insufficienza respiratoria o infezioni bronchiali dovresti effettuare ulteriori misurazioni.

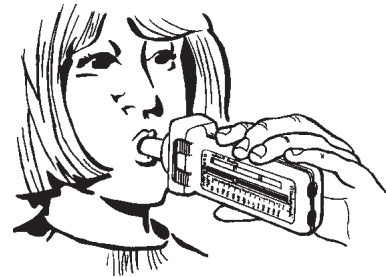
- Porta l'ago sulla parte inferiore della scala graduata.



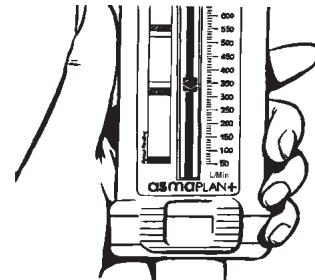
- Porta l'apparecchio in posizione orizzontale davanti alla bocca. Fai attenzione a non chiudere con le dita la fessura con l'ago e l'apertura sulla parte terminale dell'apparecchio.



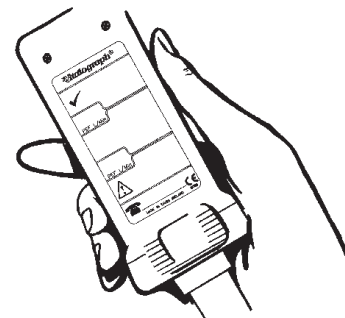
- Inspirare profondamente. Stringi tra le labbra e i denti il bocchaglio.
- Soffia il più **energicamente** possibile con **un solo** soffio nel misuratore del peak flow.



- Leggi il valore misurato secondo la posizione dell'ago. Annota il valore e riporta l'ago in fondo alla scala graduata.



- Esegui ancora due volte la misurazione e determina al termine in quale zona di colore si trova il più alto dei tre valori letti.



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

Programma operativo

Come viene preparato il mio programma operativo personale?

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

Verde Tutto regolare. Il tuo valore di peak flow è superiore a L/Min (> 80 % del valore migliore personale).
Prendi giornalmente il seguente medicinale:
.....

Giallo Attenzione! Sono necessarie precauzioni. Il tuo valore di peak flow è inferiore a L/Min (< 80 % del valore migliore personale).
Aumenta la dose del medicinale come indicato qui di seguito:
.....

Rosso Programma di emergenza. Il tuo valore di peak flow è inferiore a L/Min (< 50 % del valore migliore personale).
Prendi immediatamente i seguenti medicinali d'emergenza:
.....
Se il valore di peak flow non migliora, informa immediatamente il medico.

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

Attacca il „programma operativo“ allegato, compilato dal tuo medico curante, sulla parte posteriore del misuratore di peak flow.

Quando è necessario utilizzare il programma operativo?

Dovresti recarti almeno due volte all'anno dal tuo medico per un controllo e per un'eventuale modifica del tuo programma operativo.

Protocollo peak flow per quattro settimane

Fai un numero sufficiente di fotocopie del programma operativo prima di usarlo o stampa 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 chiedi al tuo 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!

Fai attenzione a non danneggiare l'apparecchio e tienilo pulito e al riparo dalla polvere. Se credi che l'apparecchio sia danneggiato o fornisca dati di misurazione non corretti, rivolgiti immediatamente al tuo medico curante.

Pulisci una volta a settimana il boccaglio del tuo 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 tuo medico curante, porta con te il misuratore di peak flow PARI e il protocollo del peak flow ad ogni visita medica.

Le barre colorate a sinistra vicino alla scala graduata del misuratore di peak flow PARI possono venire spostate (per regolare i tuoi valori limiti individuali).

NON MODIFICARE LA POSIZIONE DELLE BARRE COLORATE!

Nel caso le barre colorate siano state involontariamente spostate, rivolgiti al tuo 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 rivolgiti 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

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

Wat is een Peak Flow?

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

Je Peak Flow resultaat zal hoger zijn als je gezondheid goed is en lager als je luchtwegen vernauwd zijn. Peak Flow waarden vormen tevens de basis om je 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?

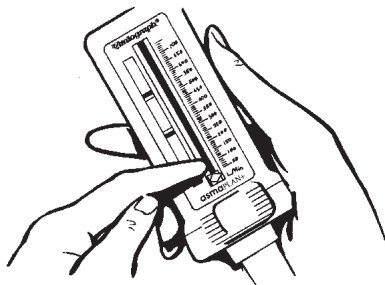
Door een regelmatige Peak Flow meeting kun jij en ook je dokter al kleine veranderingen in de toestand van je longen herkennen. Bij tijdige maatregelen met medicamenten kun je de astma onder controle krijgen of een ernstige astma aanval voorkomen. Aan de hand van je Peak Flow meter rapport kan beoordeeld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

Meeting

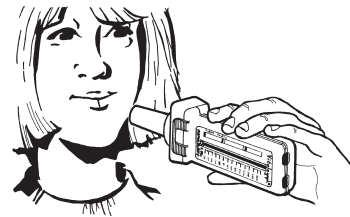
Hoe wordt de Peak Flow meeting gedaan?

Meet je 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 je extra metingen doen.

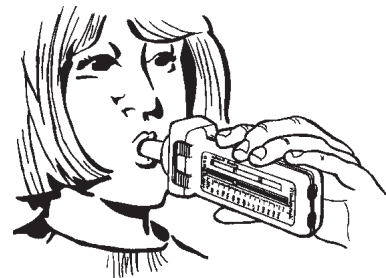
- Schuif de aanwijzer naar het einde van de meetschaal.



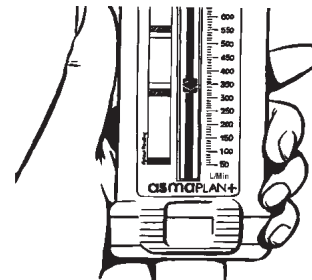
- Houdt het apparaat horizontaal voor je mond. Let er op dat je de gleuf van de aanwijzer en de openingen aan het einde van het apparaat niet met je vingers toedekt.



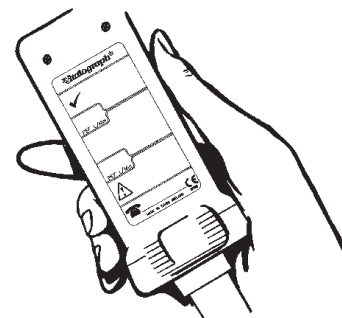
- Adem diep in. Omsluit het mondstuk stevig met je lippen en tanden.
- Blaas zo **krachtig** mogelijk in één ademstoot in de Peak Flow meter.



- 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.



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

Actieplan

Hoe kom ik aan mijn persoonlijk astma-actieplan?

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

<p>Groen Alles in orde. Je Peak Flow waarde ligt boven de</p> <p>L/Min (> 80 % van je persoonlijke beste waarde).</p> <p>Neem dagelijks de volgende medicamenten:</p> <p>.....</p>
<p>Geel Opgepast! Maatregelen nodig. Je Peak Flow waarde ligt onder de</p> <p>L/Min (< 80 % van uw persoonlijke beste waarde).</p> <p>Verhoog je dosis medicamenten als volgt:</p> <p>.....</p>
<p>Rood Noodgeval. Je Peak Flow waarde ligt beneden de</p> <p>L/Min (< 50 % van je persoonlijke beste waarde).</p> <p>Neem onmiddellijk de volgende noodgeval medicamenten in:</p> <p>.....</p> <p>Indien je Peak Flow waarde niet met minstens 50 eenheden verbetert, moet je je 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 jouw hoogste meetwaarde valt.

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

Hoe vaak moet je actieplan bijgewerkt worden?

Je zou je dokter minstens tweemaal per jaar moeten bezoeken ter controle en voor een eventuele verandering van je actieplan.

PEAK FLOW RAPPORT VOOR VIER WEKEN

Maak voordat je het actieplan beschrijft voldoende kopieën of haal een nieuw 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 je Peak Flow meter



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

Je PARI Peak Flow meter geeft in de regel tot 3 jaar lang betrouwbare meetresultaten. Na verloop van deze periode moet je aan je 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 je vermoedt dat het apparaat beschadigd is of verkeerde meetresultaten geeft, moet je onmiddellijk contact opnemen met je dokter.

Je moet het mondstuk van de Peak Flow Meter elke week eenmaal met een zachte spons worden gereinigd; dompel deze spons 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 je dokter of daarvoor speciaal opgeleid personeel je actieplan opstellen, is het aan te bevelen om je PARI Peak Flow meter en je Peak Flow rapport bij ieder bezoek aan je dokter mee te nemen.

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

VERANDER NOOIT ZELF DE INSTELLING VAN DE GEKLEURDE BALKEN!

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

Garantie

Je Peak Flow meter wordt met één jaar garantie geleverd. Indien er een defect optreedt moet je 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