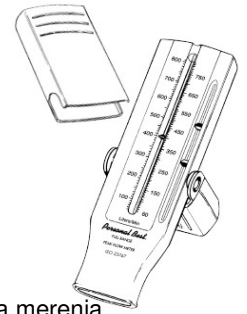



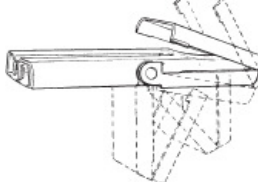

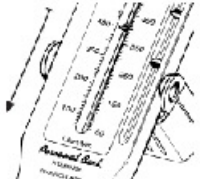



Uputstvo za upotrebu Peak flow metar - Mehanički merač protoka izdahnutog vazduha sa integrisanim zonama za praćenje astme *Personal Best*



Univerzalni merni raspon 60-800 l/min
Maksimalni otpor protoku: 0,0066 kPa / l / min kod 720 l/min protoka

Pročitajte ovo uputstvo za upotrebu pažljivo i ukoliko u potpunosti ne razumete instrukcije, obratite se uvozniku.

Sadržaj pakovanja: Personal Best merač protoka vazduha, Uputstvo za upotrebu, Dnevnik za beleženje rezultata merenja

<p>1)</p>  <p>Skinite gornji poklopac.</p>	<p>2)</p>  <p>Donji poklopac (koji je pričvršćen za merač) spustite na dole kako je prikazano na slici.</p>	<p>3)</p>  <p>Spojte dva dela donjeg poklopca kako bi ste dobili dršku. Kada merite protok izdahnutog vazduha držite merač za dršku.</p>	<p>4)</p>  <p>Pre upotrebe proverite da nema stranih predmeta u meraču. Pomerite crveni indikator na dno skale.</p>
<p>5)</p>  <p>Ustanite. Vodite računa da spoljni otvor merača bude bez prepreka i slobodan za protok vazduha. Udahnite što dublje. Postavite usne na usnik tako da tako da ga usne skoz prekriju.</p>	<p>6)</p>  <p>Izdahnite najjače i najbrže što možete. Pljuvanje i kašljanje prilikom izdisaja može dovesti do netačnih rezultata. Broj na kome se indikator zaustavi predstavlja rezultat izmerenog protoka izdahnutog vazduha.</p>	<p>7)</p>  <p>Ponovite korake 4, 5, 6 i ponovite merenje tri puta. U dnevnik zabeležite najviši rezultat.</p>	

Čišćenje

Očistite aparat bar jednom u dve nedelje. **Ručno pranje:** Operite toplom vodom i blagim tečnim sapunom. Dobro isperite i ostavite da se osuši na vazduhu pre ponovne upotrebe. Može se prati u mašini za sudove: koristite samo najvišu policu. **Ne iskuvavajte merač.**

Optimalni uslovi čuvanja: Čuvajte merač na sobnoj temperaturi pri relativnoj vlažnosti vazduha od 30%-70%.

Oprez

Pacijenti koji merač protoka vazduha koriste kako bi pratili respiratorno stanje kao što je astma bi trebalo da budu pod nadzorom lekara. Merač protoka vazduha je namenjen za jednog korisnika. Ukoliko merač koristi više osoba, obavezno je korišćenje usnog nastavka za svakog korisnika, kao i temeljno čišćenje merača pre svake upotrebe. Usni nastavci se mogu dodatno poručiti. Rezultat merenja može varirati u zavisnosti od nadmorske visine, pritiska i temperature vazduha

Indikacije za upotrebu

Personal Best® merač protoka vazduha se koristi za merenje maksimalnog protoka izahnutog vazduha (PEFR), koji je važan pokazatelj stanja Vaših pluća i respiratornih puteva. Personal Best se koristi za praćenje respiratornih poremećaja kao što je astma. Merenje protoka vazduha svakog dana i zapisivanje rezultata u Dnevnik može pomoći Vama i Vašem lekaru prilikom donošenja važnih odluka vezanih za Vašu terapiju. Upotrebljavajte ovaj merač i podesite indikatore u boji zone prema planu tretmana koji Vam je prepisao lekar.

Instrukcije za pacijenta

Ovaj merač protoka vazduha je dizajniran kako bi ste lako sledili plan terapije kod astme. Vaš lekar će postaviti obojene granice zone i obeležiti zone na meraču za svakog pacijenta pojedinačno, na osnovu dobijenih vrednosti rezultata vašeg najboljeg protoka izdahnutog vazduha onog dana kada je astma pod kontrolon i stanje je stabilno. Kada izdahnete u merač, indikator će se zaustaviti na maksimalnoj vrednosti vašeg ekspiratornog protoka. Ovaj rezultat će biti u jednoj od tri zone.

Zelena zona (80%-100% od najboljeg rezultata izdahnutog vazduha) - sledite vaš plan uzimanja lekova i nastavite sa uobičajenim aktivnostima.

Žuta zona (50%-80% od najboljeg rezultata izdahnutog vazduha)- moguće da se stanje Vaše astme pogoršava. Sledite medicinske instrukcije da bi ste se vratili u zelenu zonu.

Crvena zona (50% ili manje od najboljeg rezultata izdahnutog vazduha) - odmah potražite medicinski savet i negu.

Održavanje

Pregledajte Vaš Personal Best redovno, kako bi ste se uverili da radi ispravno. Pokretni delovi bi trebali da se pomeraju glatko i slobodno, a indikator treba da stoji na mestu na koje je postavljen na mernoj skali. Ukoliko su dobijeni rezultati neuobičajeni obratite se Vašem lekaru. Personal Best je u skladu sa ISO 23747 standardima za merače protoka izdahnutog vazduha.

Dijagram dnevnih rezultata

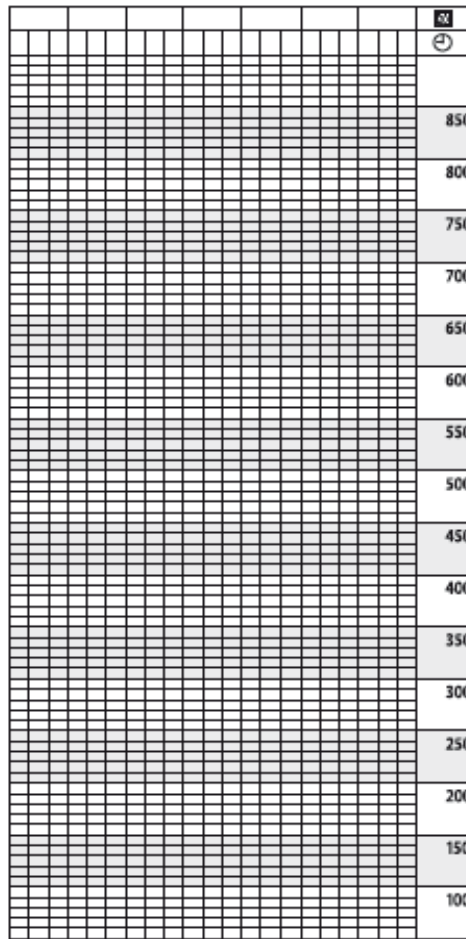
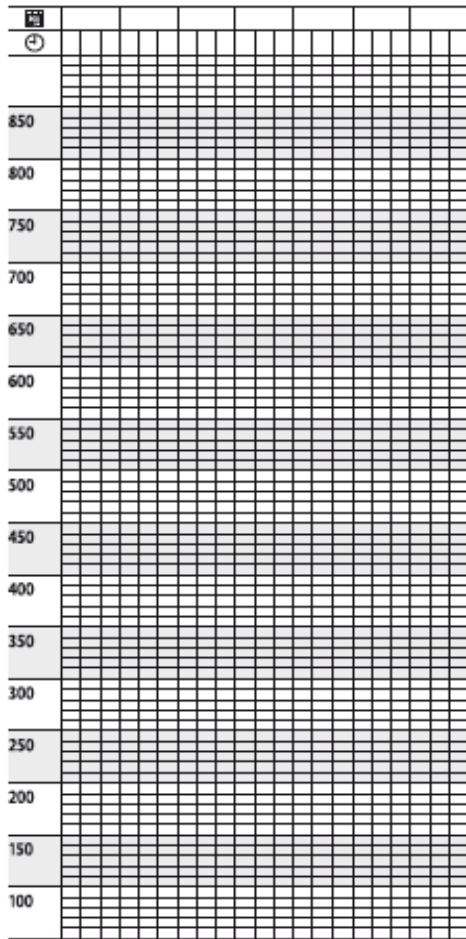
1. Konsultujte Vašeg lekara da Vam pomogne da utvrdite rezultat Vašeg najboljeg protoka izdahnutog vazduha i prepíše adekvatnu terapiju

2. Svakog dana upišite datum i vreme merenja u za to predviđeno polje u Dnevniku za praćenje rezultata

3. Upišite znak "X" na liniju pored Vašeg rezultata merenja za odgovarajući datum i vreme merenja.

Dnevnik za beleženje rezultata

datum merenja:
vreme merenja:



datum merenja
vreme merenja

Prosečna vrednost maksimalnog protoka izdahnutog vazduha (L/min):

Normalne vrednosti za muškarce *

God	Visina					
	(in)	60	65	70	75	80
	(cm)	152	165	178	191	203
20		554	575	594	611	626
25		580	603	622	640	656
30		594	617	637	655	672
35		599	622	643	661	677
40		597	620	641	659	675
45		591	613	633	651	668
50		580	602	622	640	656
55		566	588	608	625	640
60		551	572	591	607	622
65		533	554	572	588	603
70		515	535	552	568	582
75		496	515	532	547	560

Normalne vrednosti za žene *

God	Visina					
	(in)	55	60	65	70	75
	(cm)	140	152	165	178	191
20		444	460	474	486	497
25		455	471	485	497	509
30		458	475	489	502	513
35		458	474	488	501	512
40		453	469	483	496	507
45		446	462	476	488	499
50		437	453	466	478	489
55		427	442	455	467	477
60		415	430	443	454	464
65		403	417	430	441	451
70		390	404	416	427	436
75		377	391	402	413	422

Normalne vrednosti za decu i adolescente †

Visina		Dečaci i devojčice	Visina		Dečaci i devojčice
(in)	(cm)		(in)	(cm)	
43	109	147	56	142	320
44	112	160	57	145	334
45	114	173	58	147	347
46	117	187	59	150	360
47	119	200	60	152	373
48	122	214	61	155	387
49	124	227	62	157	400
50	127	240	63	160	413
51	130	254	64	163	427
52	132	267	65	165	440
53	135	280	66	168	454
54	137	293			
55	140	307			

* Nunn AJ, Gregg I: *Brit Med J* 298:1068-70, 1989.

† Polgar G, Promadhat V: *Pulmonary function Testing in Children: Techniques and standards*. Philadelphia, W.B. Saunders Company, 1971.

Ove tabele su samo smernice. Nacionalni program prevencije astme i edukacije preporučuju da se merač protoka vazduha koristi kao osnova za pracenje rezultata.



Proizvođač: Philips Resironics New Jersey, Inc. USA

Ovlašćeni uvoznik i distributer za Srbiju:
VANA d.o.o. Beograd, Stevana Brakusa 6
 tel: 011/7544-533, e-mail: vanabgd@sezampro.rs,
www.vana.co.rs

