



PEAK FLOW METER

Kids



de Gebrauchsinformation



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.



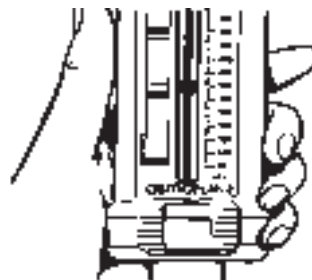
- Halte das Gerät waagrecht vor Deinen Mund. Bitte achte dabei darauf, den Schlitz mit dem Zeiger und die Öffnungen am Ende des Gerätes nicht mit den Fingern abzudecken.



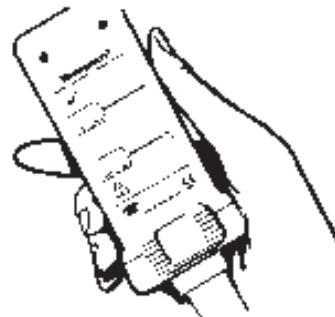
- Atme tief ein. Umschließe das Mundstück fest mit Lippen und Zähnen.
- Puste so **kräftig** wie möglich mit **einem** Atemstoß in das Peak Flow Meter hinein.



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



- 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.

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

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.

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

