

# TASCHEN- PEAK-FLOW-METER

## PERSONAL BEST®

für Kinder und Erwachsene  
mit Ampelsystem



Technik zum Helfen, Heilen, Therapieren

24/09/10

### Erhältlich in allen Apotheken und Sanitätshäusern

Mitvertrieb:

R. Cegla GmbH & Co. KG

Postfach 1225

56402 Montabaur

Telefon (026 02) 92 13-0

Telefax (026 02) 92 13-15

E-Mail [info@cegla.de](mailto:info@cegla.de)

Internet [www.cegla.de](http://www.cegla.de)

EU-Bevollmächtigter:

Philips GmbH

Zweigniederlassung Respironics

Gewerbestraße 17

82211 Herrsching

Hersteller:

Respironics New Jersey, Inc.

41 Canfield Road

Cedar Grove, NJ

07009-1201 USA

Made and printed in USA

© 2005 Respironics, Inc. and its affiliates

U.S. Patent 5,224,487

PZN 703 1280

ISO 23747



### Einstellung des Ampelsystems

- 1 Stellen Sie den grün-gelben Pfeil auf 80% des persönlichen Peak-Flow-Bestwertes ein.
- 2 Schieben Sie den gelb-roten Pfeil auf die Hälfte des Peak-Flow-Bestwertes; z. B.:

Peak-Flow-Bestwert: 100 % 650 l/min

1. grün-gelben Pfeil bei: 80 % 520 l/min

2. gelb-roten Pfeil bei: 50 % 325 l/min

### Das Ampelschema

Das nachfolgende Ampelschema „grün-gelb-rot“ hilft dem Asthmatiker, die Peak-Flow-Werte zu deuten:

#### Grüne Zone (Freie Fahrt!):

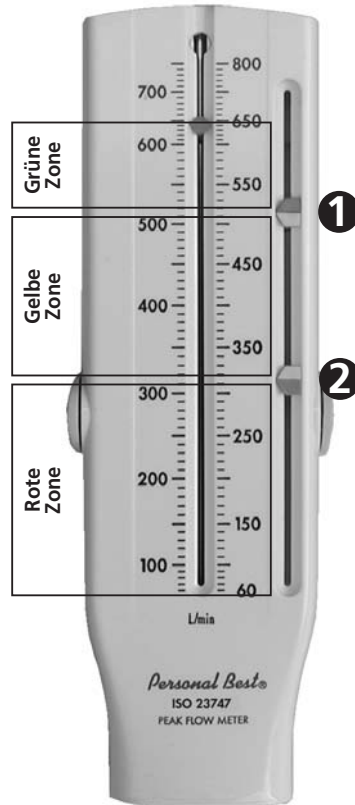
Ihre Peak-Flow-Werte liegen zwischen 80 und 100 % des persönlichen Bestwertes. Keine Symptome, normale Belastbarkeit, ungestörter Schlaf. In diesem Bereich sollten Sie ständig sein.

#### Gelbe Zone (Achtung!):

Peak-Flow 50 - 80 % des persönlichen Bestwertes. Husten, Giemen, verminderte Belastbarkeit, gestörter Schlaf. Sorgen Sie dafür, dass der Zustand sich bessert. Vereinbaren Sie einen Arzttermin.

#### Rote Zone (Gefahr!):

Peak-Flow weniger als 50% des persönlichen Bestwertes. Husten, Atemnot, Schwierigkeiten beim Gehen und Sprechen. Nehmen Sie Ihre Notfallmedikamente. Konsultieren Sie den Arzt.



### Reinigung

Das Taschen-Peak-Flow-Meter mit fließend warmem Wasser reinigen, das Wasser abschütteln und über Nacht zum Trocknen offen stehen lassen.

Um Verklebungen am Messpfeil, die durch Speichel- und Speisereste entstehen können, zu vermeiden, sollten Sie das Gerät **einmal pro Woche eine Stunde** in lauwarmes Spülmittelwasser einlegen und anschließend unter fließend warmem Wasser auswaschen. Schütteln Sie danach das Wasser ab und lassen das Peak-Flow-Meter zum Trocknen offen stehen.

Um Feuchtigkeit zu vermeiden, bewahren Sie das Peak-Flow-Meter so oft wie möglich ohne Abdeckung auf.

**Nicht mit kochendem Wasser behandeln und nicht in der Spülmaschine reinigen!**

Aus hygienischen Gründen sollte jeder Patient nur sein eigenes Peak-Flow-Meter benutzen.

### Zusätzliche Tagebücher (1 Set = 3 Tagebücher):

Senden Sie uns vorab 5 € (inkl. MwSt. und Porto) als Scheck oder überweisen Sie auf das Konto 45 608, BLZ 570 910 00. Bitte Ihre Adresse nicht vergessen!

Auf unserer Webseite finden Sie die Tagebücher zum kostenlosen Herunterladen: [www.cegla.de](http://www.cegla.de)

# TASCHEN-PEAK-FLOW-METER PERSONAL BEST®

Personal Best® Peak Flow-Messgerät mit integriertem Zonensystem zur Asthmathherapie

## Gebrauchsanweisung

Messbereich (60-800 l/min)

Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung sorgfältig durch.

Das Personal Best® ist ein handliches, tragbares Gerät zur Messung des Ausatemspitzenflusses. Die Messung mit dem Personal Best® ist einfach und schnell durchzuführen.

### Anwendungsgebiete

Personal Best® dient zur Messung der maximalen expiratorischen Atemflussrate (peak expiratory flow rate, PEFR), eines wichtigen Indikators der Lungenfunktion, und zur Kontrolle von Atemwegserkrankungen, z. B. Asthma. Die tägliche Peak Flow-Messung und Aufzeichnung der Messwerte in einem „Tagebuch“ hilft Ihnen und Ihrem Arzt bei wichtigen Entscheidungen hinsichtlich der Behandlung. Die Anwendung des Messgeräts und die Einstellung der Farbmarkierungen sollte nach dem Behandlungsplan erfolgen, den Ihr Arzt für Sie ausgearbeitet hat.

### Anweisungen für den Patienten

Dieses Messgerät hilft Ihnen, Ihren Asthmabehandlungsplan einzuhalten. Ihr Arzt stellt die Zeiger der Farbbereiche entsprechend Ihrem höchsten Peak Flow-Wert (dem Wert, den Sie an einem Tag, an dem Ihr Asthma gut kontrolliert ist, erreichen können) ein.

Beim Ausatmen in das Messgerät steigt der Zeiger auf Ihren Peak Flow-Wert, der in einem der folgenden Bereiche liegt:

**Grün** – Halten Sie Ihren Medikamentenplan weiter ein und setzen Sie Ihre normalen Aktivitäten fort.

**Gelb** – Ihr Asthma hat sich möglicherweise verschlechtert. Befolgen Sie die Anweisungen für die Medikamenteneinnahme, um wieder in den grünen Bereich zu kommen.

**Rot** – Setzen Sie sich sofort mit einem Arzt in Verbindung.

### Garantie/Fehlerbeseitigung

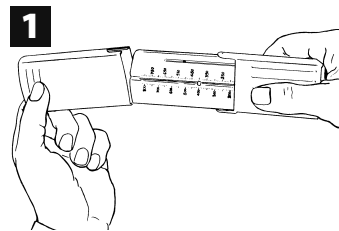
Das Personal Best-Messgerät hat eine uneingeschränkte einjährige Garantie. Jedes Gerät, das während der Garantiezeit nicht zufriedenstellend funktioniert, wird unabhängig von der Ursache von Philips/Respironics kostenlos ersetzt.

Prüfen Sie regelmäßig, ob Ihr Personal Best-Messgerät ordnungsgemäß funktioniert. Die beweglichen Teile sollten sich frei und leicht bewegen lassen. Der Zeiger sollte an der auf der Skala eingestellten Position verbleiben. Wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt, wenn Sie ungewöhnliche Messergebnisse erzielen. Bei sorgfältiger Pflege hält Ihr Peak Flow-Messgerät mindestens zwei Jahre.

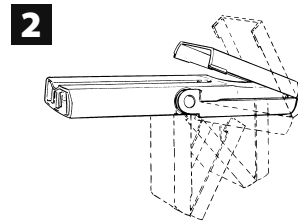
Das Personal Best entspricht der ISO 23747.

### Messwerttabelle

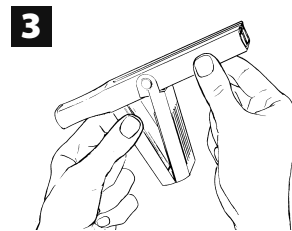
1. Bitten Sie Ihren Arzt um Hilfe bei der Bestimmung Ihres besten persönlichen Wertes. Tragen Sie Ihren Behandlungsplan oben auf Ihrem Tagebuch ein.
2. Tragen Sie das Datum und den Zeitpunkt der Messungen täglich in der dafür vorgesehenen Stelle oben auf der Seite ein.
3. Markieren Sie Ihren Messwert sowie Datum und Uhrzeit der Messung auf der Linie mit einem „X“. Tragen Sie den abgelesenen Wert wie in dem Beispiel gezeigt ein.



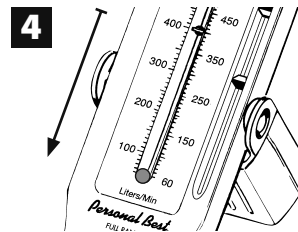
Abdeckung entfernen.



Den am Boden befestigten Deckel wie gezeigt herunterklappen und herumdrehen.



Die beiden Hälften so zusammendrücken, dass ein Haltegriff entsteht. Halten Sie das Messgerät an diesem Griff fest, während Sie Ihren Peak Flow-Wert messen.



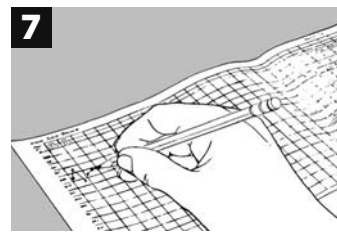
Bewegen Sie den roten Zeiger zum unteren Ende der Skala.



Stellen Sie sich hin. Atmen Sie so tief wie möglich ein und umschließen Sie das Mundstück fest mit den Lippen.



Atmen Sie so kräftig und schnell wie möglich aus, ohne dabei auszusucken oder zu husten, da dies zu falschen hohen Messergebnissen führen kann. Die Zahl, bei der der Zeiger stehen bleibt, gibt Ihren Peak Flow-Wert an.



Wiederholen Sie die Schritte 4, 5 und 6 und führen Sie insgesamt drei Messungen durch. Tragen Sie den höchsten Wert in Ihre Messwerttabelle ein.