



PEAK FLOW METER



CE 0120

ISO 23747

HS CLEMENT CLARKE INTERNATIONAL
en CARE AND USE OF YOUR PEAK FLOW METER

It is important to keep your Peak Flow Meter clean when in use. It should be cleaned at least once every six months and thoroughly if it has not been used for some time. The mouthpiece is detachable and should be disinfected before each use using a proprietary disinfectant solution. The Mini-Wright Peak Flow Meter is designed for single patient use. For healthcare professionals, cleaning instructions for multi patient use can be obtained from Clement Clarke International Limited, see address overleaf.

PERFORMANCE ACCURACY

The Mini-Wright standard range Peak Flow Meter meets NAEF guidelines and UK Department of Health specification no. 51. If you have received a **Purple Scale** meter, stating "ATS 94", variations <±5% or 10 l/min (whichever is the greater) on ATS waveform generator using PW24 multiples.

Δ Fungal growth may occur if the instrument has not been cleaned for some time.

fr PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

L'embout buccal démontable doit être désinfecté régulièrement avec une solution. Des erreurs de mesure peuvent survenir si l'appareil n'a pas été nettoyé depuis longtemps. Il est conseillé de nettoyer le Mini-Wright environ deux fois par an. Les professionnels de la santé peuvent utiliser un désinfectant pour les instruments en cas d'utilisation sur plusieurs patients, auprès du Clement Clarke International Limited, adresse au verso.

PRECISION

Le Mini-Wright, modèle standard, est conforme aux normes émises par le NAEF ainsi qu'à la norme No. 51 émise par le Ministère de la Santé Anglais.

Si vous êtes en possession d'un débitmètre avec une échelle noire: Variations de <10% par rapport au débitmètre de pointe, Wright modèle standard.

Si vous êtes en possession d'un débitmètre avec une échelle jaune portant la mention "ATS 94": Variations de <5% ou 10 l/min (prendre la plus grande des deux variations) d'après des études réalisées sur banc d'essai ATS utilisant des multiples de la courbe PW24.

Δ Des moisissures peuvent apparaître si l'instrument n'a pas été nettoyé depuis un certain temps.

de PFLEGE IHRES PEAK FLOW METERS

Es ist wichtig, daß Ihr Peak Flow Meter stets sauber ist. Es sollte mindestens alle 6 Monate gereinigt werden. Falls es über einen längeren Zeitraum nicht benutzt wird, vor einem Generatorengründlich reinigen. Das Mundstück ist abnehmbar und sollte jedesmal nach Benutzung gereinigt werden. Das Mini-Wright Peak Flow Meter ist für den persönlichen Gebrauch konzipiert. Bei Anwendung an mehreren Patienten kann das medizinische Personal eine Reinigungsanleitung bei Clement Clarke International Limited unter der umgesetzten angegebenen Anschrift anfordern. MESSGENAUIGKEIT: Das Mini-Wright Standard Range Peak Flow Meter entspricht den NAEF Richtlinien zur Bestimmung Nr. 51 der britischen Gesundheitsbehörde.

Falls Ihr Gerät eine schwarze Meßskala aufweist: Abweichungen vom Original Wright Peak Flow Meter <±10%. Falls Ihr Gerät eine rote Meßskala mit Bezeichnung "ATS 94" aufweist: Abweichungen <±5% oder <10 l/min gemessen mit ATS Wellenform-Generator unter Verwendung von PW24 Multiplikationsfaktoren.

Δ Es kann zu Pilzwachstum kommen, wenn das Gerät einige Zeit nicht gereinigt wurde.

it PRECAZIONI D'USO

Es è importante mantenere il misuratore pulito e nel caso di poco uso, pulirlo prima di utilizzarlo. Il misuratore Mini-Wright è stato studiato per uso individuale - pulire ogni 6 mesi. Gli operatori sanitari possono ottenere le istruzioni di pulizia ad uso di più pazienti presso la Clement Clarke International Limited, il cui indirizzo si trova sul retro.

SPECIFICHE D'USO

Il Mini-Wright è conforme alle specifiche del NAEF (USA) e la norma No. 51 del Ministero della salute d'Inghilterra. Si avete ricevuto un misuratore di scala nera, variazioni ±10% con Wright misuratore di flusso. Se avete ricevuto un misuratore di scala viola che menziona ATS 94 con variazioni ±5% o 10 l/min utilizzando ATS generatore di onde con multiplo di PW24.

Δ Se lo strumento non viene pulito per un certo tempo, può verificarsi una infestazione di funghi.

nl ONDERHOUD EN GEbruIK VAN DE PEAKFLOW METER

Het belangrijkste voor peakflow meter bij regelmatig gebruik goed schoon te houden. Met het oog op schimmeldeworming moet de peakflow meter minimaal eens per zes maanden worden gereinigd. Met name als de meter langdurig niet is gebruikt is dit van belang. Het mondstuk kan daartoe worden gedemonteerd en dient voor gebruik te worden gedesinfecteert met een sterilisatieoplossing (bijvoorbeeld Detol). De peakflow meter is bedoeld voor gebruik door één enkele patiënt en zou daarom niet moeten worden gebruikt voor meer dan één patiënt. Voor gebruik bij meerdere patiënten kunnen zorgverleners bij Clement Clarke International Limited reingsanwijzingen aanvragen; zie adres aan ommezijn.

NAUWKEURIGHEID VAN DE PEAKFLOW METER

De MiniWright Standard Peakflow meter voldoet aan de NAEF richtlijnen en de specifieke No. 51. Van het Britse Ministerie van Volksgezondheid. Indien in een meter heeft ontvanger met een zwarte "Wright schaal" bedraagt de afwijking minder "ATS 94" schaal is de afwijking maximaal ± 5% of 10 l/min, gemeten met behulp van een ATS-wegewerker (PW24 multiplex).

Δ Er kan schimmelgroei optreden indien het instrument enige tijd niet gereinigd werd.

es USO Y MANTENIMIENTO DEL MISURATORE DI PICCO DI FLUSSO

Es importante mantener el misuratore pulito y en el caso de poco uso, pulirlo prima de utilizarlo. Il misuratore Mini-Wright è stato studiato per uso individuale - pulire ogni 6 mesi. Gli operatori sanitari possono ottenere le istruzioni di pulizia ad uso di più pazienti presso la Clement Clarke International Limited, il cui indirizzo si trova sul retro.

specifiche d'uso

Il Mini-Wright è conforme alle specifiche del NAEF (USA) e la norma No. 51 del Ministero della salute d'Inghilterra. Si avete ricevuto un misuratore di scala nera, variazioni ±10% con Wright misuratore di flusso. Se avete ricevuto un misuratore di scala viola che menziona ATS 94 con variazioni ±5% o 10 l/min utilizzando ATS generatore di onde con multiplo di PW24.

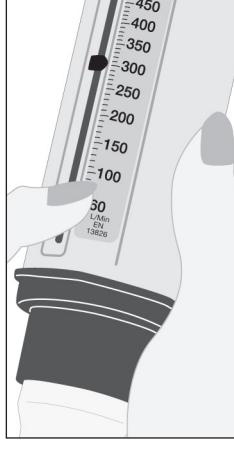
Δ Er kan schimmelgroei optreden indien het instrument enige tijd niet gereinigd werd.

fr EMPLOI Y CUIDADO DEL MEDIDOR DE FLUJO

Es importante mantener el medidor limpio, y en caso de no utilizarlo habitualmente, limpielo meticulosamente antes de cada uso. La boquilla puede ser separada para ser limpida con una solución desinfectante antes de utilizarla con otra solución desinfectante. El medidor de escala negra: <±10% con Standard Wright medidor de flujo. Si ha recibido un medidor de escala morada que anuncia "ATS 94": <±5% o 10 l/min (el que es ATS 94 generador de ondas utilizando multiples de PW24).

Δ Pueden aparecer hongos si el instrumento no se limpia con regularidad.

en YOUR PEAK FLOW METER
Your Mini-Wright Peak Flow Meter will help you to monitor your asthma by measuring your peak flow. This leaflet explains how to use your Peak Flow Meter, and how to record the readings. With careful use the Mini-Wright would be expected to last for three years.



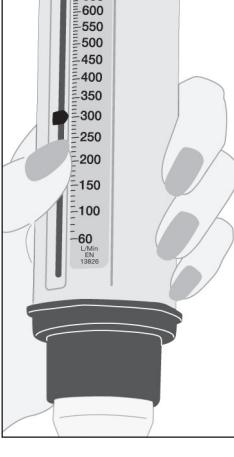
1
en Insert the mouthpiece into the meter. If not already fitted, ensure the pointer is set at zero (L/MIN position).



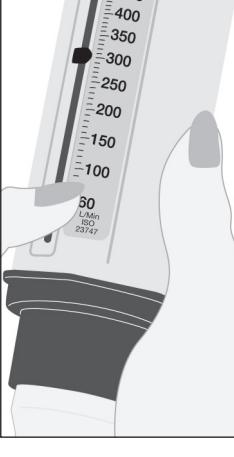
2
en Hold the Peak Flow Meter so that your fingers are clear of the scale and slot. Do not obstruct the holes at the end of the Peak Flow Meter.



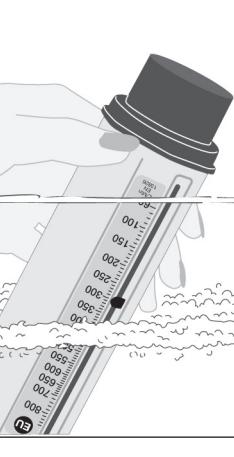
3
en Stand up if possible. Take a deep breath, place the Peak Flow Meter in the mouth and hold horizontally, closing the lips around the mouthpiece, then blow as hard and as fast as you can.



4
en Note the number on the scale indicated by the pointer.



5
en Return the pointer to zero (L/MIN position) and repeat the procedure twice more to obtain three readings. Mark the highest of the three readings on the chart as shown overleaf.



en CLEANING YOUR PEAK FLOW METER

Immerse Peak Flow Meter in warm (but not hot) mild detergent solution for 2-3 minutes (maximum 5 minutes). Agitate the meter to ensure thorough cleaning.

Rinse in clean warm water and shake gently to remove any excess water. Allow to dry thoroughly before using again.

Mini-Wright™
Standard Peak Flow Meter

en 1 Standard Peak Flow Meter complete with detachable Universal Mouthpiece and Instructions/Recording Chart

fr 1 Peak Flow standard complet avec embout universel détachable et mode d'emploi / feuille de notation/diagramme des résultats

de 1 Standard Peak Flow Meter komplett mit abnehmbaren universellen Mundstück und Gebrauchsanweisung / Meß Tabelle

it 1 Misuratore di Picco di Flusso standard completo di bocchino universale separabile e istruzione / diagramma grafico

nl Standaard Peakflow meter inclusief steriliseerbaar mondstuk en instructie/registratiekaart

es 1 Peak Flow Meter Standard, incluye boquilla desmontable universal, instrucciones y hoja de anotación de valores

pt 1 Expirômetro de Escala Regular completo com Bocal Universal desmontável e Instruções / Tabela de Registros

is Útöndurnarmælið með ósíða mundstykki og leiðbeiningum

el Ρούμιετρο μέντσιας εκπνευστικής ροής υψηλής κλίμακας, πλήρως με αποστόμενο πλαστικό επιστόμιο και οδηγίες χρήσεως / Κάρτα καταγραφής

fi Huippuvirtausmittari, standardikokoinen, irrotettava suukappale ja käyttöohje / muistiinpanotaulukko

da Standard peak flowmeter komplet med aftageligt universalmundstykke og brugsanvisning / registreringsskort

sv 1 Standardare peak flowmeter med utskiftnings mundstykke och instruktion och diagram

no En komplett standard Peak Flow Meter med utskiftbar munnstykke og bruksanvisning med målestokk

**Clement Clarke International Ltd,
Edinburgh Way, Harlow, Essex CM20 2TT UK
Tel.: +44 (0) 1279 419999
Fax: +44 (0) 1279 635232
Email: recipiente.clarke.com
www.clement-clarke.com**

Please visit our internet shop:
www.clement-clarke.com

Made in UK
Instruction Leaflet Part No. 1902169 Issue 6 7/11

fr Dans le cas où l'échelle de pointe est défectueuse, veuillez la remplacer.

fr Tenez légèrement l'appareil en pied et éteignez le débitmètre. Assurez-vous que le curseur se trouve en face du zéro de l'échelle graduée (position L/MIN).

fr Tenez-vous debout et respirez profondément puis portez l'appareil à votre bouche, horizontalement et soufflez aussi fort et vite que possible en maintenant bien les lèvres serrées autour de l'embout.

fr Notez le résultat indiqué par le curseur.

fr Ramenez le curseur face au zéro (L/MIN) et renouvez la mesure encore deux fois. Notez le meilleur résultat de vos trois mesures sur le graphique comme indiqué au dos de cette notice.

fr NETTOYAGE DE VOTRE DÉBITMÈTRE

Immergez le Mini-Wright dans une solution tiède, mais non bouillante, d'un détergent doux (ex: liquide vaisselle) pendant 2 à 3 minutes, 5 minutes maximum. Agitez le meter pour assurer un nettoyage complet.

Rincez à l'eau propre et tiède et secouez doucement le Mini-Wright afin d'éliminer l'eau pouvant rester à l'intérieur. Laissez sécher le Mini-Wright à température ambiante avant de l'utiliser à nouveau. De la même façon, nettoyez l'embout plastique régulièrement.

it MISURATORE DI PICCO DI FLUSSO (PEAK FLOW METER)

Il misuratore di picco di flusso Mini-Wright è un apparecchio semplice ad usare e permette la misurazione del massimo flusso di espirazione. Queste note sono state scritte per aiutare a correttamente utilizzare il Mini-Wright e il modulo di controllo. Usato correttamente il Mini-Wright dura tre anni e più.

de MUNDSTÜCK IN DEN ATMUNGSMESSEER (PEAK FLOW METER)

Um den Peakflow meter kann u. helfen bei der kontrolle von uw asthema. In deze handleiding wordt uitgelegd hoe u de Peakflow meter dient te gebruiken in hoe u de meten waarden kunt noteren. Bij zorgvuldig gebruik heeft de Peakflow meter een levensduur van ongeveer drie jaar.

de WENN MÖGLICH IM STEHEN BENUTZEN.

Wenn möglich im Stehen benutzen. Tief einatmen, den Atmungsmesser in den Mund einführen und horizontal halten. Das Mundstück mit den Lippen umschließen und dann, so stark und so schnell Sie können hineinblasen.

de DEN MEßWERT VON DER SKALA, ABLESEN.

Den Zeiger wieder auf Null (Position L/MIN) zurückstellen und den Vorgang zweimal wiederholen, bis Sie drei Werte abgelesen haben. Tragen Sie den höchsten Wert auf der umseitig abgebildeten Tabelle ein.

de DIE REINIGUNG IHRES ATMUNGSMESSEERS

Legen Sie den Atmungsmesser in eine warme (nicht heiß) desinfizierende Waschlauge für 2-3 Minuten (höchstens 5 Minuten). Gründlich reinigen, indem Sie den Atmungsmesser in der Waschlauge stark schütteln.

Mit reinem, warmem Wasser abspülen und leicht die Wasserropfen abschütteln. Vor erneutem Gebrauch gründlich trocknen lassen.

it ACCERTARE CHE L'INDICATORE SI TROVA ALLA POSIZIONE L/MIN.

it E' molto importante tenere in mano il misuratore senza dover bloccare la respirazione facendo attenzione a non impedire con le dita lo scorrimento dell'indicatore e di non ostruire i fori parte terminale dello strumento.

it E' preferibile eseguire il test in piedi. Fare una inspirazione più profonda, aprire la bocca e chiudere intorno al boccaglio. Soffiare più energicamente e velocemente possibile dentro il boccaglio.

it LEGGERE IL VALORE DI PICCO DI FLUSSO.

Leggere delicatamente l'indicatore all'inizio della scala (posizione L/MIN). Prendere tre misure e registrare il valore più alto sul foglio di registrazione accuso.

it PULIZIA DEL MISURATORE DI PICCO DI FLUSSO

Il misuratore puo' essere pulito lavandolo con acqua calda e sapone liquido leggero per due o tre minuti (comprima cinque minuti). Lo strumento non deve mai essere bollito. Sciacuare il Mini-Wright è indicato para uso pessoal.

Lavare l'apparecchio con acqua calda e pulita. Sciacuare lo strumento para eliminar la agua d'interior e quindi lasciare asciugare prima de usarlo.

es MEDIDOR DE FLUJO (PEAK FLOW METER)

El medidor de flujo Mini-Wright facilita la obtención de una serie de valores de acuerdo con la evolución de la asma. Este folleto explica como utilizar el medidor de flujo para obtener los valores obtenidos. Con un adecuado uso, el medidor durará hasta 3 años.

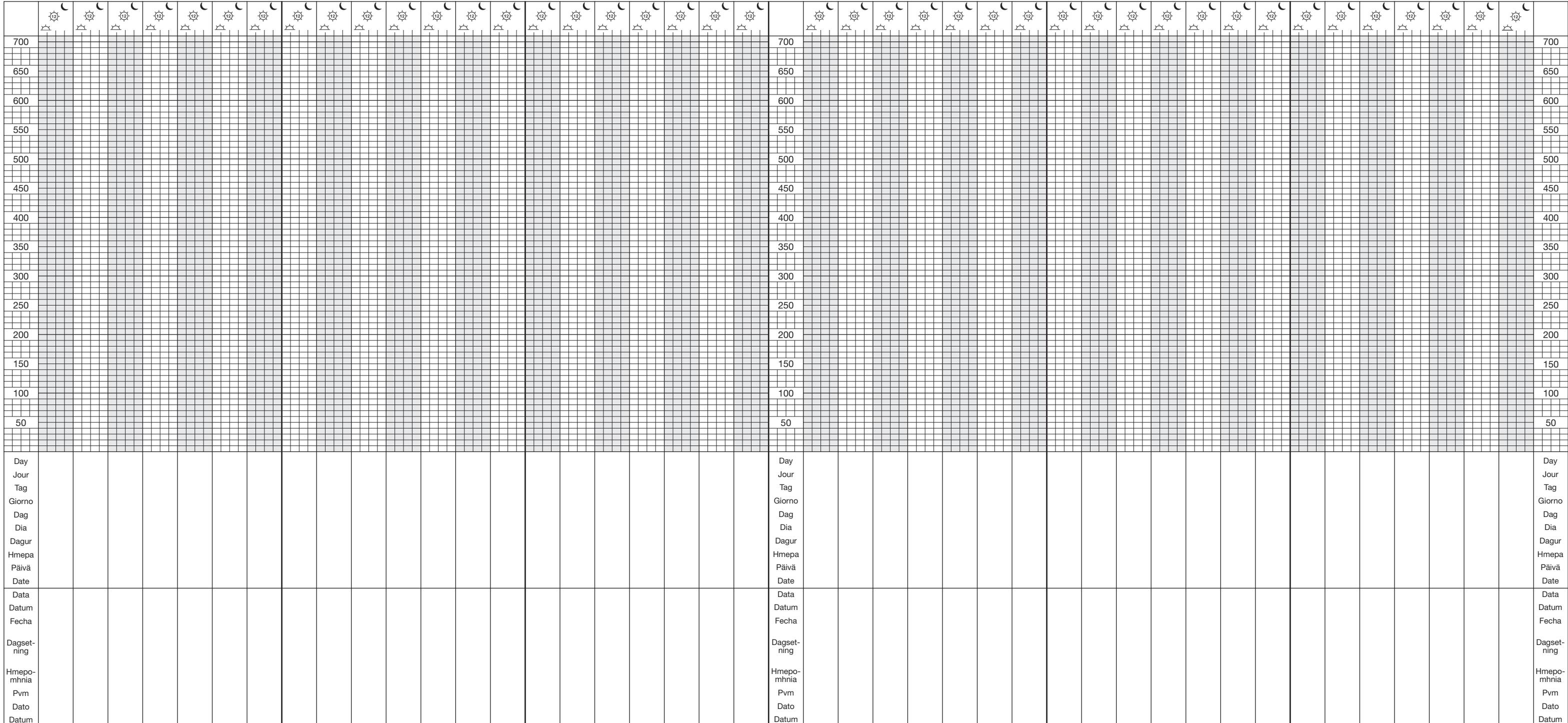
es MONTAJE DEL MONDSTÜCK

es HACER STANDING POSITION.

nl HET REINIGEN VAN UW PEAKFLOW METER

es MONTAJE DEL MEDIDOR DE FLUJO

Montar la boquilla del medidor. Ajuste la aguja indicadora en el cero (posición L/MIN).



en HOW TO RECORD YOUR PEAK FLOW

It is important to keep a record of your peak flow. Readings should be taken twice a day, first thing in the morning, and at bed time, or as directed by your physician. Use the chart provided to record the highest reading obtained each time. Mark your reading on the chart with a dot corresponding to the highest reading obtained for each of the morning and bed time readings every day. By joining the dots (see diagram) you can see how your peak flow varies from day to day. You should also measure and note your peak flow if you suddenly become wheezy or breathless at any time of the day or night.

it IL MODO DI DISEGNO DEGLI VALORI DEL MISURATORE DI PICCO DI FLUSSO

Eseguire ogni mattina e sera 3 misure prima di prendere il farmaco e disegnare i valori supremi sul modulo di disegno. Raccomandiamo di proseguire come segue (vedi esempio). Scrivere la data sotto le due linee verticali (nel'esempio). Seguite ogni mattina e sera le due linee verticali, corrispondente mattina o sera fino alla linea orizzontale che mostra il valore di Picco di Flusso misurato supremo (nel'esempio). Contrassegnate i punti d'incrociamiento con un circolo. Con un tratto si vede la curva di Picco di Flusso della mattina e della sera.

pt COMO ANOTAR NO GRÁFICO A LEITURA MAIS ALTA.

É importante anotar os valores das leituras. Use o medidor de fluxo duas ou três vezes ao dia, ao levantar-se, ao meio-dia e a noite ou siga as instruções do médico. Use o gráfico para anotar os valores mais altos de cada leitura. Marcar no gráfico diariamente com um ponto, o valor mais alto da manhã, do meio-dia e da noite. Unindo os pontos com uma linha (veja diagrama) pode-se observar as variações de fluxo máximas de cada dia. Use o medidor e anote a leitura se de repente respirar com dificuldade ou ficar sem folego a qualquer momento do dia ou da noite.

fi LUKEMIEN MERKITSEMENIN TAUULUKKOON

Mittauslukemien merkitsemisen taulukkoon päävittääin on erittäin tärkeää potilaan tilan seuraamisen kannalta. Suorita ensimmäinen mittaus heti aamulla ylös noustessasi, seuraava mittaus keskipäivän aikaan ja viimeinen mittaus illalla ennen nukkumaan menoa. Kysy lääkäristäisi lisähohjeet. Merkitse taulukkoon kustakin kolmen mittauksen sarjasta korkein mittausulos aamulla, keskipäivällä ja illalla. Suorita mittaus myös silloin kun hengityksesi alkaa "vinkua" tai tunnet äkillistä hengenahdistusta. Nämä lukemat on tärkeää merkitä muistiin.

no HVORDAN REGISTRERER DU DINE PEF-VERDIER

Det er viktig å registrere dine PEF-verdier. Målingen bør utføres tre ganger om dagen; strax du står opp om morgenen, ved middagstid og om kvelden, eller som anbefalt av din lege. Bruk diagrammet, og skriv ned den høyeste oppnådde verdi hver gang. Marker din verdi på diagrammet med et punkt, tilsvarende den høyeste oppnådde verdi - morgen, middag og kveld. hver dag. Når du setter strek mellom punktene, (se diagrammet) kan du se hvordan din PEF-verdi varierer fra dag til dag. Du bør også måle og notere din PEF-verdi hvis du plutselig blir tungpusten eller andpusten i løpet av dagen eller natten.

en Disposal Note: The Mini-Wright Peak Flow Meter can be disposed of as normal household waste.

fr Consignes d'élimination: Le débitmètre de pointe Mini-Wright peut être éliminé comme les déchets ménagers habituels.

de Entsorgung: Der Mini-Wright Peak Flow Meter kann über den normalen Hausmüll entsorgt werden.

it Nota sullo smaltimento: il misuratore del picco di flusso Mini-Wright può essere smaltito con i normali rifiuti domestici

nl Wegwerpadvies: De Mini-Wright piekstroommeter kan als normaal huishoudelijk afval weggegooid worden.

es Nota sobre la eliminación: el medidor de flujo espiratorio máximo Mini-Wright puede eliminarse como cualquier basura doméstica normal.

pt Nota sobre a eliminação: o fluxómetro Mini Wright pode ser eliminado como resíduo doméstico normal

is Hægt er að farga Mini-Wright rennsislæmlum eins og venjulegum heimilisúrgangi.

el Σημείωση σχετικά με την απόρριψη: Τhe ρούμετρο Mini-Wright, μπορεί να απορριφθεί ως κανονικό ουικακό απόβλητο

fi Hävittäminen: Mini-huippuvirtausmittarin voi hävittää tavallisena kotitalousjätteenä. Sienikasvustoa voi ilmetä, jos laitetta ei puhdisteta säännöllisesti

da Bemærkning vedr. bortskaffelse: Mini-Wright Peak Flow Meter kan bortsaffes som almindelig husholdningsaffald

sv Mini-Wright topp flödesmätare kan bortsaffas som vanligt hushållsavfall.

no The Mini-Wright Peak Flow Meter can be disposed of as normal household waste = Mini-Wright topp gjennomstromningsmåler kan kastes som vanlig husholdningsavfall.

fr COMMENT TRACER LA COURBE DE VOTRE DÉBITMETRE DE POINTE

Il est important de bien noter vos résultats. Effectuer le contrôle trois fois par jour, une fois le matin au lever, une fois à midi, et la dernière fois au coucher, ou selon les directives de votre médecin. Utiliser ce graphique pour reporter le résultat le plus élevé de chaque contrôle. Faire un point sur le graphique à l'endroit correspondant au plus haut résultat obtenu chaque matin, midi et soir, tous les jours. En reliant d'un trait tous les points (voir schéma) vous pourrez voir la manière dont votre débit de pointe varie d'un jour à l'autre. Il est aussi recommandé de mesurer votre souffle si vous êtes géné ou que votre respiration devient sifflante à un moment quelconque du jour ou de la nuit.

nl HET NOTEREN VAN DE GEMETEN WAARDEN

Het is belangrijk de gemeten warden te noteren. De metingen moeten tweemaal daags worden herhaald: 's ochtends vroeg en 's avonds voor het slapen. Maak gebruik van de grafiek aan de achterzijde van dit formulier om de gegevens te noteren. Markeer de hoogst gemeten waarden zowel 's ochtends als 's avonds door middel van een punt in de grafiek (z.o.z.). Door deze punten met elkaar te verbinden ('s ochtends en 's avonds) kunt u aflezen hoe uw Peakflow van dag tot dag varieert. U dient ook uw Peakflow te meten bij plotselingen aanvalen van benauwdheid of kortademigheid.

is SKRÄNING MÆLINGA

Skráðu mælingar þínar regulega. Gerðu mælingar tvísvar á dag; strax að morgni og fyrr svefn - eða eins og læknir mælir fyri. Skráðu hæsta alestur í hverri mælingu. Merktu inn á meðfylgjandi töflu með punkti sem sýnir hæsta alestur að morgni og kveldi hvers dags. Dragðu strik milli punktanna og þá er auðveld að sjá breytingar á hámarki frá degi til dags. Gerðu öukamælingu ef þú verður andstutt(ur) eða finnur fyrr andþrengslum - hvort sem er að degi eða nötta.

da SÅDAN REGISTRER DU DINE PEF-MÅLINGER

Det er vigtigt at du fører regnskab over dit peakflow. Målinger bør foretages to gange om dagen. Når du står op om morgenen og når du går i seng om aftenen - eller som anvis af din læge. Anvend kortet til at registrere det højest målte peakflow, hver gang du har foretaget en måling. Afmærk dit resultat på kortet med en prik ud for morgen og aften. Ved at trække en streg mellem prikkerne kan du se, hvordan dit peakflow varierer dag for dag. OBS!

Denne vejledning er ment som retningsgivende for brugeren. Har du problemer med at bruge dit flowmeter, så spør din læge eller sygeplejerske til råds.

es COMO ANOTAR EL FLUJO MAXIMO

Es importante medir continuamente el flujo máximo. Se debe hacer dos o tres veces al dia, al levantarse, al mediodia, y al acostarse, o conforme a las instrucciones del médico. Utilízese el gráfico adjunto para anotar el valor más alto cada vez que se utilize el medidor. Marcar en el gráfico diariamente con un punto, el valor más alto de la mañana, mediodía y noche. Uniendo los puntos con una linea (ver diagrama) se verán las variaciones del flujo máximo cuando falle el aliento repentinamente o la respiración se vuelva sibilante, a cualquier hora del dia o de la noche.

el ΠΩΣ ΝΑ ΚΑΤΑΓΡΑΦΕΤΕ ΤΗ ΜΕΓΙΣΤΗ ΕΚΠΙΝΕΥΣΤΙΚΗ ΡΟΗ ΣΑΣ

Είναι σημαντικό να καταγράφετε τη μετρήσεις της μέγιστης ροής σας. Οι μετρήσεις πρέπει να γίνονται δύο φορές την ημέρα, πρώτη δουλειά το πρωί, το μεσημέρι και πριν την κατάκλιση, ή όπως θα σας συστήσει ο ιατρός σας. Χρησιμοποιήστε τον πίνακα που δίνεται πάρακατά για να καταγράψετε την υψηλότερη τιμή που πάρετε κάθε φορά. Σημειώστε την μέτρηση σας πάνω στον πίνακα με μία τελεία, η οποία θα αντιστοιχεί την υψηλότερη τιμή που πήρατε για κάθε μια από τις μετρήσεις, το πρωί, το μεσημέρι και το βράδυ κάθε ημέρας. Ενώνοντας τις τελείες (βλέπε διάγραμμα) μπορείτε να παρακολουθήσετε πώς η μέγιστη ροή σας κυμαίνεται από μέρα σε μέρα. Πρέπει επίσης να μετρήσετε και να σημειώσετε τη μέγιστη ροή σας εάν ξαφνικά παρουσιάσετε συριγμό ή δύσπνοια οποιαδήποτε ώρα της ημέρας ή της νύκτας.

sv HUR FYLLER DU I KURVAN?

Si regel görs undersökningen hemma två eller tre gånger per dygn. De olika värdena förs in på kurvbladet efter varandra i dagens kolon. Ibland bläser du hemma före och fem minuter efter medicineringen med astma "spray/pulver". Du för då in dessa värden med olika symboler och eventuellt olika färger.

de WIE SIE HÖCHSTWERTE IHRES AUSATMUNGSSTROMES REGISTRIEREN

Es ist wichtig, daß Sie die Höchstwerte Ihres Ausatmungsstromes festhalten. Die Messungen sollten dreimal am Tag stattfinden: nach dem Aufstehen, zur Mittagszeit und vor dem Schlafengehen, oder wie vom Arzt angeordnet. Tragen Sie den jeweils erhaltenen Höchstwert in die Tabelle ein. Markieren Sie den Wert in der Tabelle mit einem Punkt, der dem höchsten Meßwert der jeweiligen Messung entspricht, der täglich jeden Morgen, Mittag und Abend abgelesen wird. Indem Sie die Punkte miteinander verbinden (siehe Diagramm) können Sie feststellen, wie der Höchstwert Ihres

Ausatmungsstromes von Tag zu Tag variiert. Sie sollten zudem Messungen vornehmen und die Meßwerte festhalten, falls Sie unvermittelt in Atemnot geraten, sei es bei Tag oder bei Nacht.