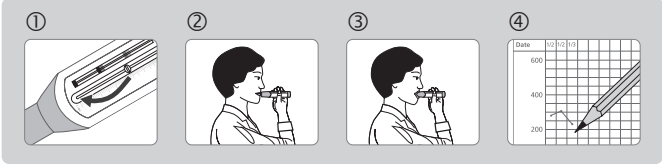


كيفية تسجيل معدل الزفير الخاص بك

وقد صمم هذا المقياس لجعل خطة علاج الربو التالية الخاص بك سهلة. طبيبك سوف يحدد مؤشرات منطقة اللون، إلى المنطقة الشخصية الخاصة بك على أساس أفضل درجة شخصية خاصة بك على مقياس



EN English

Introduction

Rossmax Peak Flow Meter is used to measure peak expiratory flow rate (PEFR), an important indicator of your lung function. Peak Flow Meter should be used for monitoring respiratory conditions such as asthma. Taking peak flow measures every day and keeping a record of the peak flow measures in your “peak flow diary” can help you and your physician make important decisions about your treatment. You should use this meter and set its color zone indicators according to a treatment plan developed for you by your physician. Please download the peak flow record chart at our website www.rossmax.com. It is important to keep your peak flow meter clean when in use.

Attention: Consult the accompanying documents. Please read this manual carefully before use. For specific information on your own PEFR, contact your physician. Please be sure to keep this manual.

How to use

- ① Set red indicator to bottom of scale.
- ② Stand up, take a deep breath, place your mouth around the peak flow meter and hold it horizontally, your lips form a tight seal.
- ③ Blow the air out as hard and as fast as possible. The number where indicator stops is your peak measurement.
Note: Coughing and spitting into the meter will adversely affect your reading and should be avoided.
- ④ Repeat the steps 1, 2, 3 twice more to obtain three readings. Record the highest reading in your daily record chart.

Troubleshooting

Examine peak flow meter regularly to make sure it is working properly. The moving parts should function smoothly and freely and indicator should remain in place when moved to a position of scale. If unusual readings are obtained, consult your doctor. Please contact Rossmax service if necessary. With proper care, avoid crushing and keep it clean and dust free, your peak flow meter should last at least one year and up to three years, suggest replacing a new unit.

Clean and disinfection

Clean at least once every week by immersing peak flow meter in warm (but not hot) mild detergent water solution for 2-3 minutes (max 5 minutes). Agitate the meter to ensure thorough cleaning.

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

- Do not boil meter for disinfect.

Caution

Using a peak flow meter to monitor respiratory condition such as asthma should be under the care of physician. A peak flow meter is intended for single patient use unless it is cleaned thoroughly after each use and disposable mouthpieces are used. Mouthpieces are available.

How to record your peak expiratory flow rate

This meter was designed to make following your asthma treatment plan easy. Your doctor will set the color zone indicators to your personalized zones based on your personal best peak expiratory flow rate value (the best peak flow value you can achieve).

Note: Do not change the position of the color zone indicators yourself. If this should occur inadvertently, contact your doctor or specialist nurse for advice. Reading should be taken twice a day, first in the morning and at bed time, or directed by your physician. When you blow into your peak flow meter, the indicator will rise to your peak flow value. Your peak flow measurement will fall into one of three zones.

Green – Follow your regular medication plan, and go ahead with normal activities (80-100% of best reading).

Yellow – Caution, your asthma might be worsening. Follow your medication instructions to get back to your green zone (50-80% of best reading).

Red – Medical alert, get medical advice and attention immediately (< 50% of best reading).

Specifications

Measurement Range	PF120 A : 60-800 L/min BTPS PF120 C : 50-400 L/min BTPS
Accuracy	± 10 L/min or ± 10% of reading (whichever is greater)
Repeatability	± 5 L/min or ± 5 % of the reading (whichever is greater)
Storage Condition	10-35 °C, 30-75% RH
Max resistance	0.00384 kPa/L/min@ 720 L/min
Altitude effects on the Peak Flow Meter (and on the expired air)	Lowers readings by approx. 5% per 1000m, (decreased air density increases PEF by approx. 5% per 1000m)
Frequency response	Profile A/B difference less than 15 L/min or 15% (whichever is greater)

ES Español

Introducción

El medidor de flujo de pico Rossmax, se usa para medir el flujo espiratorio máximo, que es un indicador importante de la calidad de la función pulmonar. El medidor de flujo máximo debería ser usado para la monitorización de situaciones respiratorias tales como el asma. Midiendo los flujos máximos diariamente y llevando un adecuado control de dichos valores puede permitirle a usted y a su doctor tomar importantes decisiones en relación a su tratamiento. Debería utilizar este dispositivo y ajustar sus indicadores de color de acuerdo al plan de tratamiento desarrollado por su doctor para usted. Por favor, descargue la hoja de registro de valores pico de www.rossmax.com. Es muy importante mantener el medidor de flujo limpio cuando se use.

Atención: Consulte la documentación adjunta. Por favor lea este manual cuidadosamente antes de su uso. Para información específica relativa a su propio flujo máximo espiratorio, contacte con su doctor. Por favor, asegúrese de conservar este manual.

Como usar

- ① Coloque el indicador rojo al principio de la escala.
- ② Póngase en pie, realice una inhalación profunda, coloque su boca alrededor de la boquilla del medidor d eflujo y manténgalo horizontal mientras sus labios forman un ajuste perfecto.
- ③ Espire el aire con tanta fuerza y velocidad como le resulte posible. El numero donde el indicador se pare, corresponde al valor de su flujo máximo .
NOTA: La tos o la emisión de espustos o saliva en el dispositivo afectará negativamente a la medición y debe ser evitado.
- ④ Repita los pasos 1,2,3 dos veces más para obtener tres mediciones . Anote la mayor de las tres mediciones en su registro diario.

Localización de fallos

Examine con regularidad su medidor de flujo para asegurarse de que funciona correctamente. Los elementos móviles deberían funcionar suave y libremente. Al mismo tiempo el indicador debería mantenerse estático cuando sea desplazado a cualquier lugar de la escala. En caso de obtener mediciones inusuales, consulte con su doctor. Por favor, contacte con el servicio técnico Rossmax en caso de necesidad. Con un cuidado adecuado, este dispositivo debería tener una vida útil de hasta tres años. Evite aplastarlo, manténgalo limpio y evite el polvo.

Limpieza y desinfección

Limpíelo al menos una vez por semana mediante la inmersión del medidor de flujo en agua templada con un suave detergente durante dos o tres minutos. Agite el medidor dentro de la solución para garantizar una profunda limpieza. Aclare con agua caliente y sacuda suavemente para eliminar cualquier exceso de agua. Deje secar al aire antes de volver a utilizar.

- No hierva el medidor para desinfectarlo.

Precaución

El uso de un medidor de flujo máximo para monitorizar situaciones respiratorias tales como el asma deberían realizarse bajo las indicaciones de un medico. El medidor de flujo máximo ha sido diseñado para su uso por un paciente único a menos que se limpie a fondo entre pacientes y se utilicen boquillas desechables. Hay boquillas desechables disponibles.

Como anotar los registros de las mediciones de flujo máximo

Este medidor de flujo fue diseñado para permitir un adecuado y sencillo seguimiento de su tratamiento para el asma. Su doctor debería ajustar los indicadores de zona en función de sus necesidades personales y basándose en su mejor nivel de flujo máximo (el mayor nivel máximo que Vd. pueda obtener).

NOTA: no cambie la posición de los indicadores de zona usted mismo. Si esto sucede accidentalmente, contacte con su doctor o enfermera especializada. Las lecturas deberían realizarse dos veces al día, por la mañana y antes de ir a dormir, o según las indicaciones específicas que le dé su facultativo. Cuando sople en el medidor de flujo máximo, el indicador se desplazará hasta indicar su valor máximo. Este valor estará situado en alguna de las tres zonas.

Verde - Continúe con su medicación habitual y continúe sus actividades con normalidad (entre el 80% y el 100% de la mejor lectura).

Amarillo - Atención, su asma podría estar empeorando. Siga la medicación indicada para volver a la zona verde (entre el 50% y el 80% de su mejor lectura).

Rojo - Alerta médica, obtenga instrucciones y atención medica inmediatamente (menos del 50% de su mejor lectura).

Especificaciones

Rango de medición	PF120 A : 60-800 L/min BTPS PF120 C : 50-400 L/min BTPS
Precisión	± 10 L/min or ± 10% de la lectura (la mayor de ellas)
Repetitibilidad	± 5 L/min or ± 5 % de la lectura (la mayor de ellas)
Condiciones de almacenamiento	10-35 °C, 30-75% RH
Resistencia máxima	0.00384 kPa/L/min@ 720 L/min
Efectos de la altitud sobre el medidor de flujo (y sobre el aire espirado)	Decremento de los valores indicados en aproximadamente el 5% cada 1000 m, (la decreciente densidad del aire incrementa el resultado medido en aproximadamente un 5% cada 1000 m.)
Respuesta de frecuencia	Los perfiles A/ B se diferencian en menos de 15L/ min o el 15% (cualquiera que sea mayor)

DE Deutsch

Einführung

Das Rossmax Peak-Flow Messgerät wird verwendet, um die Peak-Flow-Rate (PE-FR), ein wichtiger Indikator für Ihre Lungenfunktion, zu messen. Das Peak-Flow Messgerät sollte zur Überwachung der Atemwege bei Erkrankungen wie Asthma verwendet werden. Anhand täglicher Messungen und Eintragungen in Ihr “Peak-Flow Tagebuch” können Sie und Ihr Arzt wichtige Entscheidungen treffen in Bezug auf die weitere Behandlung. In Zusammenarbeit mit Ihrem Arzt und mit Hilfe der Farbzonenanzeige, sollten Sie dieses Gerät nutzen um Ihren persönlichen Behandlungsplan zu erstellen. Bitte laden Sie das Peak-Flow Protokoll von unserer Webseite www.rossmax.com herunter. Es ist wichtig, das Peak-Flow Messgerät immer sauber zu halten.

Achtung: Lesen Sie diese Anleitung vor Gebrauch aufmerksam durch. Für spezifische Informationen zu Ihrer persönlichen PEFR, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt. Bitte bewahren Sie diese Anleitung auf.

Benutzung

- ① Setzen Sie den roten Indikator an den Anfang der Scala.
- ② Stehen Sie gerade, atmen Sie tief ein, legen Sie den Mund um das Peak-Flow Messgerät und halten Sie es horizontal, die Lippen umschliessen fest den Verschluss.
- ③ Blasen Sie die Luft heraus, so fest und mit möglichst viel Druck. Die Zahl bei dem der Zeiger stoppt ist Ihr Spitzenwert.
Hinweis: Husten oder Spucken in das Messgerät wirkt sich negative auf Ihre Messung aus und sollten daher vermieden werden.
- ④ Wiederholen Sie die Schritte 1-3 zwei weitere Male um 3 Messwerte zu erhalten. Notieren Sie den höchsten Wert in ihrem täglichen Protokoll.

Fehlerbehebung

Prüfen Sie das Peak-Flow Messgerät regelmäßig um sicherzustellen, dass es einwandfrei funktioniert. Die beweglichen Teile sollten gleichmässig und frei funktionieren. Der Zeiger sollte die Position nicht verändern, wenn Sie sich bewegen. Wenn Sie ungewöhnliche Messwerte erhalten, fragen Sie Ihren Arzt. Bitte wenden Sie sich bei Bedarf an den Rossmax Kundenservice. Mit der richtigen Pflege, sauber und staubfrei, sollte Ihr Gerät mindestens 1 Jahr (kann bis zu 3 Jahren) in Gebrauch sein bis der Austausch mit einem neuen Gerät erfolgen sollte.

Reinigung und Desinfektion

Reinigen Sie das Gerät mindestens einmal pro Woche indem Sie es in warmes (aber nicht heissem) Wasser eintauchen mit etwas Reinigungsmittel und für 2-3 Min. einweichen (max. 5 Min.).

Spülen Sie das Gerät und schütteln Sie es leicht um das überschüssige Wasser zu entfernen, dann lassen Sie es an der Luft trocknen bevor Sie es wieder in Gebrauch nehmen.

- Kochen Sie das Gerät nicht aus um es zu desinfizieren.

Vorsicht

Verwenden Sie das Peak-Flow Messgerät zum überwachen Ihrer Atemwegserkrankungen, wie z.B. Asthma nur unter der Obhut eines Arztes. Das Peak-Flow Messgerät ist für den Gebrauch eines einzelnen Patienten, kann auch für mehrere Patienten benutzt werden sofern nach jedem Gebrauch die Reinigung durchgeführt und Einwegmundstücke verwendet werden. Mundstücke sind vorhanden.

Wie Sie Ihre Peak-Flow-Rate aufzeichnen

Dieses Messgerät wurde entwickelt um Asthma-Behandlung einfacher zu gestalten. Ihr Arzt kann Anhand der Farbzonenanzeige Ihre zu erreichende beste Peak-Flow-Rate (Spitzenfluss) festlegen.

Hinweis: Ändern Sie die Position in der Farbzonenanzeige nicht selber. Sollte dies versehentlich passieren, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder fragen Sie Fachpersonal um Rat.

Die Messung sollte zweimal täglich durchgeführt werden, morgens nach dem Aufstehen und abends vor dem zu Bett gehen. Wenn Sie in Ihr Peak-Flow Messgerät blasen wird die Anzeige den Wert anzeigen. Ihre Messung fällt in eine von drei Zonen.

Grün – folgen Sie Ihrem Medikationsplan wie geplant und führen Sie ihre normalen Aktivitäten weiter (80-100% des besten Resultats)

Gelb – Vorsicht, Ihr Asthma könnte sich verschlechtert haben. Folgen Sie Ihrem Medikationsplan um in die Grüne Zone zu kommen (50-80% des besten Resultats)

Rot – Medizinische Warnung, holen Sie sofort ärztlichen Rat ein (< 50% des besten Resultats)

Technische Daten

Messbereich	PF120 A : 60-800 L/min BTPS PF120 C : 50-400 L/min BTPS
Genauigkeit	± 10 L/min oder ± 10% der Messung (der höhere Wert zählt)
Wiederholgenauigkeit	± 5 L/min oder ± 5 % der Messung (der höhere Wert zählt)
Aufbewharung	10-35 °C, 30-75% rF
Max. Widerstand	0.00384 kPa/L/min@ 720 l/min
Höhenauswirkung auf das Peak-Flow Messgerät (und auf die ausgeatmete Luft)	Senkt das Resultat um ca. 5% pro 1000m (Verringerte Luftdichte um ca. PEF 5% pro 1000m)
Frequenzbereich	Profil A/B-Differenz von weniger als 15l/min. oder 15% (der höhere Wert zählt)

FR Française

Introduction

Le débitmètre de pointe Rossmax est utilisé pour mesurer le taux de débit expiratoire de pointe (DEP), un indicateur important de votre fonction pulmonaire. Le débitmètre de pointe doit être utilisé pour la surveillance des conditions respiratoires telles que l'asthme. Le fait d'effectuer des mesures de débit de pointe chaque jour et de tenir un registre des mesures de débit de pointe dans votre « journal du débit de pointe » peut vous aider, vous et votre médecin, à prendre des décisions importantes au sujet de votre traitement. Vous devez utiliser cet appareil de mesure et définir ses indicateurs de zone de couleur selon un plan de traitement mis au point pour vous par votre médecin. Merci de télécharger le journal du débit de pointe sur notre site Web www.rossmax.com. Il est important de maintenir votre débitmètre de pointe propre lors de l'utilisation.

Attention : Consulter les documents d'accompagnement. Veuillez à lire attentivement le présent manuel avant utilisation. Pour des informations particulières sur votre propre DEP, contactez votre médecin. Veuillez à conserver le présent manuel.

Utilisation

- ① Mettez le voyant rouge au début de l'échelle.
- ② Levez-vous, prenez une inspiration profonde, placez votre bouche autour du débitmètre de pointe et maintenez-le horizontalement, vos lèvres formant un joint étanche.
- ③ Soufflez l'air aussi fort et aussi vite que possible. Le numéro où l'indicateur s'arrête est votre mesure de pointe.
Remarque : Le fait de tousser ou de cracher dans l'appareil nuit à votre mesure et est à proscrire.
- ④ Répétez les étapes 1, 2, 3 deux fois de plus pour obtenir trois mesures. Notez la mesure la plus élevée dans votre graphique d'enregistrement quotidien.

Dépannage

Examinez le débitmètre de pointe régulièrement pour vous assurer qu'il fonctionne correctement. Les pièces mobiles doivent fonctionner de façon fluide et libre, et l'indicateur doit rester en place lors de son déplacement jusqu'à une position graduée. En cas d'obtention de mesures inhabituelles, consultez votre médecin. Veuillez contacter le service Rossmax si nécessaire. Avec un soin approprié, évitez de l'écraser et gardez-le propre et sans poussière, votre débitmètre de pointe doit durer au moins un an et jusqu'à trois ans, au bout desquels il est conseillé de le remplacer.

Nettoyage et désinfection

ettroyer au moins une fois par semaine par immersion du débitmètre de pointe dans une solution tiède (mais pas chaude) d'eau légèrement savonneuse pendant 2-3 minutes (maxi 5 minutes). Agiter l'appareil pour s'assurer d'un nettoyage complet.

Rincer à l'eau tiède propre et secouer doucement pour enlever tout l'excès d'eau puis sécher complètement à l'air avant de l'utiliser à nouveau.

- Ne pas faire bouillir l'appareil pour le désinfecter.

Mise en garde

L'utilisation d'un débitmètre de pointe pour surveiller les problèmes liés aux voies respiratoires telles que l'asthme doit se faire sous le contrôle du médecin. Un débitmètre de pointe est conçu pour être utilisé par un seul patient, sauf s'il est soigneusement nettoyé après chaque utilisation et que des embouts jetables sont utilisés. Des embouts sont disponibles.

Comment enregistrer votre débit expiratoire de pointe

Cet appareil de mesure a été conçu pour faciliter le suivi de votre plan de traitement de l'asthme. Votre médecin va fixer les indicateurs de zone de couleur sur vos zones personnalisées en fonction de votre meilleure valeur personnelle de débit expiratoire de pointe (la meilleure valeur de débit de pointe que vous pouvez obtenir).

Remarque : Ne pas changer la position des indicateurs de zone de couleur par vous-même. Si cela devait se produire par inadvertance, contactez votre médecin ou une infirmière spécialisée pour avis.

La mesure doit être prise deux fois par jour, la première le matin et la seconde au moment du coucher, ou selon les consignes de votre médecin. Lorsque vous soufflez dans votre débitmètre de pointe, l'indicateur passe à la valeur de votre débit de pointe. Votre mesure de débit de pointe va tomber dans l'une des trois zones.

Verte - Suivez votre programme de prise régulière de médicaments, et poursuivez une activité normale (80-100 % de la meilleure mesure)

Jaune - Prudence, votre asthme pourrait s'aggraver. Suivez les instructions médicamenteuses pour revenir à votre zone verte. (50-80 % de la meilleure mesure)

Rouge - Alerte médicale, obtenez un avis médical et une attention médicale immédiatement (<50 % de la meilleure mesure)

Spécifications

Plage de mesure	PF120 A : 60-800 L/min BTPS PF120 C : 50-400 L/min BTPS
Précision	± 10 L/min ou ± 10 % de la mesure (selon le plus élevé)
Répétabilité	± 5 L/min ou ± 5 % de la mesure (selon le plus élevé)
Conditions de stockage	10-35 °C, 30-75 % d'humidité relative
Résistance maxi	0,00384 kPa/L/min @ 720 L/min
Effets de l'altitude sur le débitmètre de pointe (et sur l'air expiré)	Abaisse les mesures d'env. 5 % tous les 1 000 m, (la diminution de la densité de l'air augmente le PEF d'env. 5 % tous les 1 000 m)
Réponse en fréquence	Différence entre les profils A / B inférieure à 15 L/min ou 15 % (selon le plus élevé)