

MicroPeak

PEAK FLOW METER

INSTRUCTIONS FOR USE

CONSEILS D'UTILISATION

BEDIENUNGSANLEITUNG

INSTRUCCIONES PARA EL USO



PO Box 6 Rochester
Kent ME1 2AZ, UK
+44(0)1634 360044

Kieler Strasse 675
22527 Hamburg, Germany
+49(0)40 5770970

Medical

CE 0120

www.micropeak.co.uk

About your Peak Flow Meter

Your MicroPeak Peak Flow Meter will help you to monitor your asthma by measuring your Peak Expiratory Flow Rate (PEF). It should be used in conjunction with your doctor or practice nurse, who will tell you what to do if your PEF changes.

A Propos de votre débit-mètre de pointe

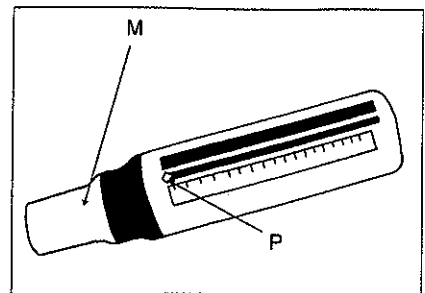
Votre débit-mètre de pointe MicroPeak vous aide à surveiller votre asthme en mesurant votre débit expiratoire de pointe (DEP). Nous recommandons une utilisation en liaison avec votre médecin ou votre infirmière, qui pourront vous conseiller lorsque votre DEP varie.

Über Ihren Peak-Flow-Meter

Ihr MicroPeak-Peak-Flow-Meter hilft Ihnen bei der Überwachung ihres Asthmas durch die objektive Messung ihres Peak-Expiratorischen Ausatem-Flusses (PEF) In Zusammenarbeit mit ihren Arzt oder medizinisch geschultem Personal. Diese erklären ihnen auch die richtige Handhabung und Durchführung des Atemmanövers und was zu tun ist im Falle das sich die Messwerte verändern.

Sobre su medidor de flujo máximo

Su Medidor de Flujo Máximo MicroPeak le ayudará a controlar su asma midiendo su Caudal Máximo en Espiración (CME) Tiene que utilizarlo de acuerdo con lo especificado por su médico o su enfermera, quienes le dirán qué debe hacer si su CME cambia.



1

Insert the mouthpiece (M) into the meter, and move the pointer (P) to the zero end of the slot. Lightly hold the meter so that you do not obstruct the slot or the holes at the end.

Insérez l'embout (M) dans l'appareil, et placez le pointeur (P) vers l'extrémité de la fente indiquant zéro. Tenez l'instrument en vous assurant de ne pas obstruer la fente ou les trous de l'extrémité.

Setzen Sie das Mundstück (M) in den Peak-Flow-Meter und bewegen Sie den Zeiger (P) auf den Nullpunkt. Halten Sie das Gerät so der Hand, dass keine Öffnungen verdeckt werden.

Introduzca la boquilla (M) en el medidor y mueva el indicador (P) hasta el extremo del cero en la ranura. Sostenga el medidor sin apretarlo para no obstruir la ranura ni los agujeros del extremo.

PG.1



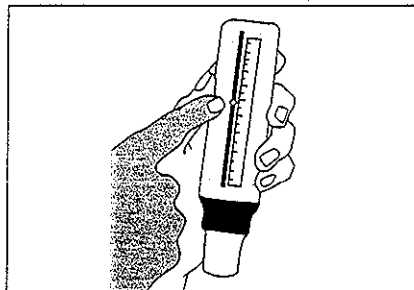
2

Standing up, or sitting up straight, take as deep a breath as possible and place the mouthpiece into your mouth, making a seal with your lips. Blow into the meter as fast and as hard as you can. Do not put your tongue into the mouthpiece.

En vous tenant debout, ou assis bien droit, inspirez pleinement et placez l'embout dans votre bouche, en vous assurant que vos lèvres sont bien fermées et que l'air ne s'échappe pas. Soufflez ensuite aussi vite et fort que possible sans que votre langue ne vienne dans l'embout.

Sitzen oder stehen sie aufrecht und atmen Sie so tief wie möglich ein. Schliessen Sie die Lippen fest um das Mundstück und pusten mit ganzer Kraft und Schnelligkeit in das Gerät. Je schneller und kräftiger Atemstoss desto besser Ihr Messergebnis! Achten Sie auch darauf dass das Mundstück nicht durch die Zunge blockiert wird.

Estando de pie, o sentado con la espalda recta, haga una inspiración lo más profunda posible y póngase la boquilla en la boca, cerrándola bien con los labios. Sopla en el medidor lo más rápido y fuerte que pueda. No ponga la lengua en la boquilla.



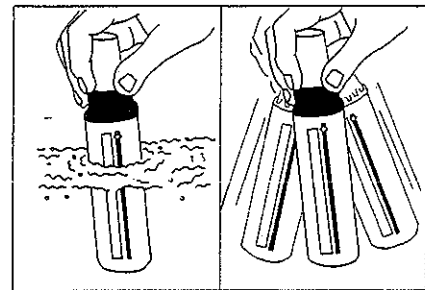
3

Take the meter from your mouth and note the number opposite the pointer. Your PEF is the highest of three attempts. Repeat the procedure twice more and note the number each time. Enter the highest number of the three on the chart overleaf.

Retirez l'instrument de votre bouche, et notez la valeur indiquée par le pointeur. Répétez ensuite la procédure deux fois supplémentaires en notant la valeur à chaque fois. Votre DEP sera le meilleur de vos trois essais. Note cette valeur dans le tableau ci-dessus.

Nehmen Sie das Peak Flow Meter vom Mund und notieren Sie den durch Zeiger angegebene nötig machen Sie eine kurze Pause zwischen den Test. Ihr persönlicher Bestwert ist der höchste der drei gemessenen PEF Wert. Diesen Wert tragen Sie auf der umseitigen Registrierkarte ein.

Sáquese el medidor de la boca y anote el número frente al indicador. Su CME es el mayor de tres intentos. Repita el procedimiento dos veces más y anote el número cada una de las veces. Introduzca el más alto de los tres números en el gráfico que hay al dorso.



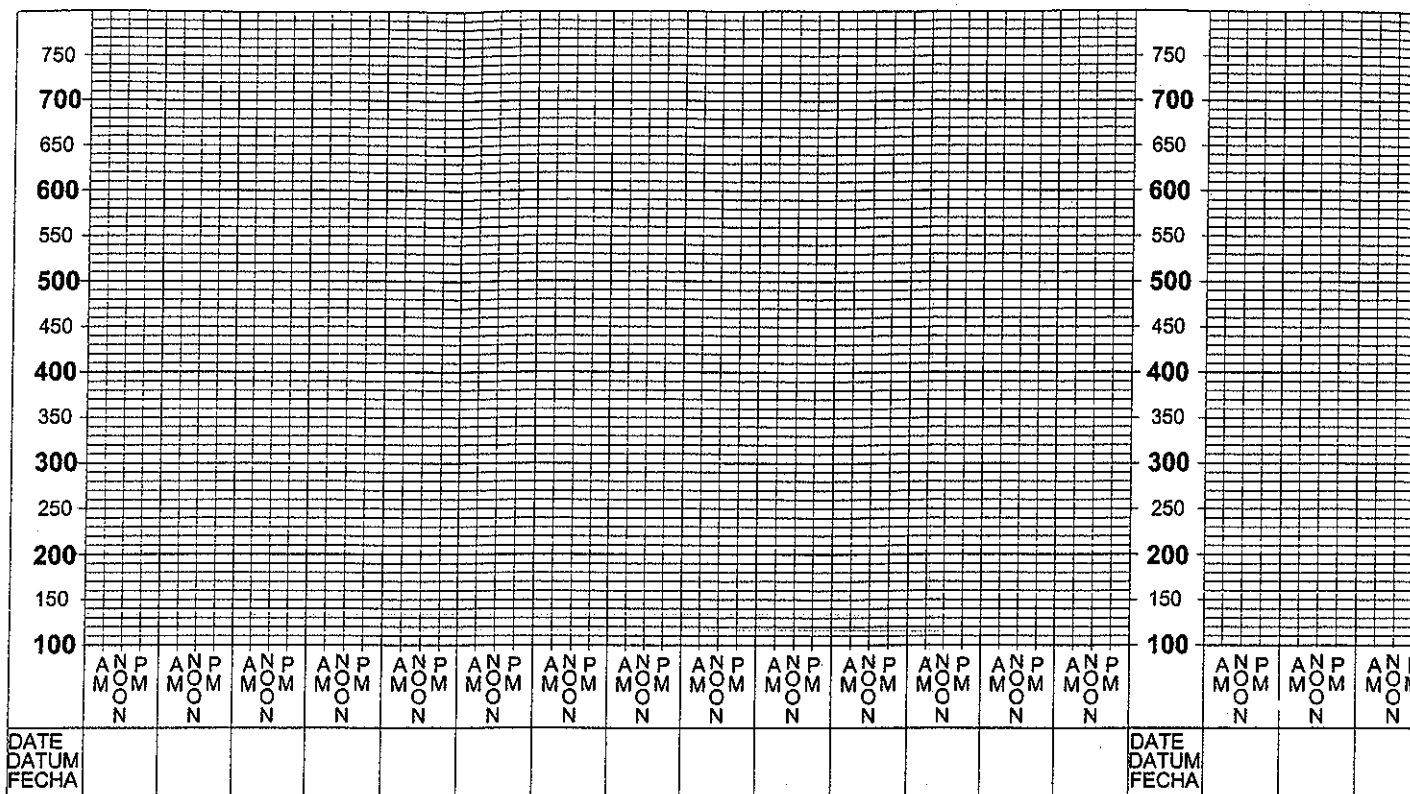
CLEANING Your meter should be cleaned from time to time. Immerse the meter in warm mild detergent solution for 2-3 minutes and agitate. Rinse in clean warm water, shake off excess water and allow to air dry. DO NOT SUBJECT THE METER TO BOILING WATER.

NETTOYAGE Votre instrument doit être nettoyé régulièrement. Pour cela, immergez-le dans une solution tiède légèrement détergente pendant 2 à 3 minutes et agitez. Rincez dans de l'eau propre tiède, puis secouez pour retirer l'excès d'eau avant de laisser sécher à l'air libre. NE JAMAIS METTRE L'INSTRUMENT AU CONTACT D'EAU BOUILLANTE.

Ihr MicroPeak Peak Flow Meter sollte von Zeit zu Zeit gereinigt werden. Hierzu legen Sie das Gerät und das Mundstück in lauwarmes (bitte nie kochendes Wasser verwenden!) Seifenwasser für 2-3-Minuten. Danach mit klarem Wasser nachspülen und einfach an der Luft trocknen lassen.

LIMPIEZA Debe limpiar el medidor de vez en cuando. Sumerja el medidor en una disolución caliente de detergente durante 2-3 minutos y agítelo. Aclárelo con agua caliente, sacuda el exceso de agua y déjelo secar al aire. NO SEMETA EL MEDIDOR A LA ACCIÓN DE AGUA HIRVIENDO.

PG.2



You should record your PEF two or three times a day as directed by your doctor or practice nurse. Plot your PEF on the chart (above) every day and write in the date. Join up the points as shown. Remember that only the highest value of your three attempts should be plotted. Your doctor will need to examine your PEF chart periodically.

For further information, and to download your personal asthma diary, visit our website: www.micropeak.co.uk

Suivant les conseils de votre médecin ou infirmière, vous devriez mesurer votre DEP deux à trois fois par jour. Tracez chaque jour la courbe de vos résultats sur le tableau ci-dessus en indiquant la date. Reliez les points comme indiqué.

Souvenez-vous bien que seule la meilleure de vos trois valeurs doit être tracée. Votre médecin examiner la courbe de votre DEP périodiquement.

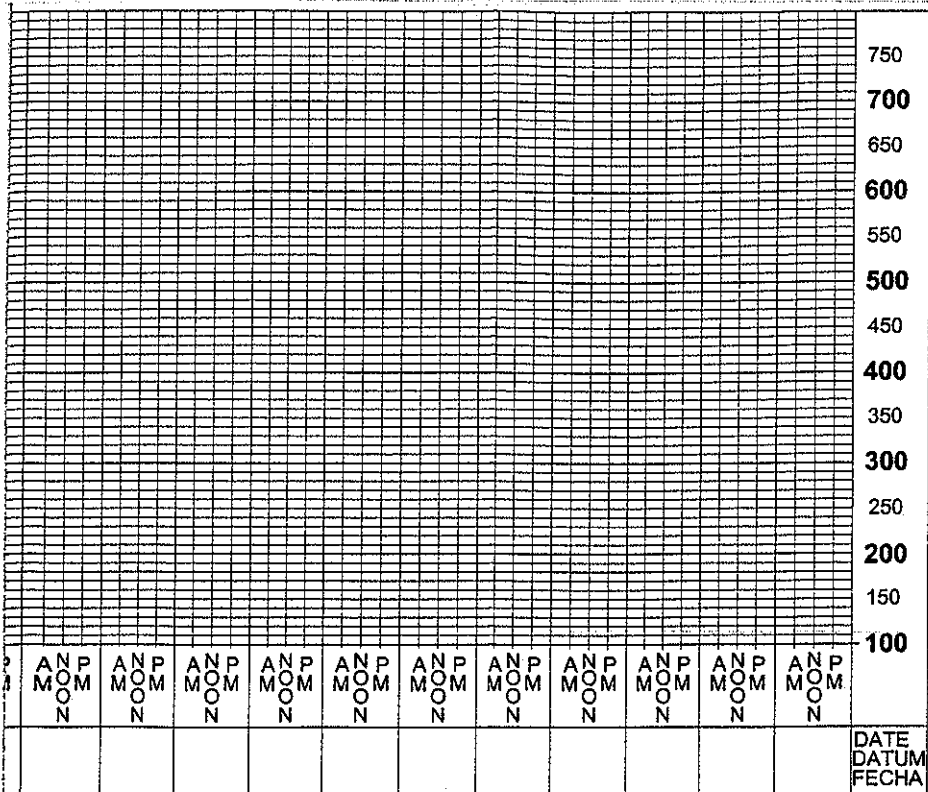
www.micropeak.co.uk

Wir empfehlen dass Sie Ihren PEF Wert zwei bis dreimal täglich überprüfen und den Wert mit Datumsangabe auf der Tabelle notieren, dies hilft Ihnen und Ihrem Arzt Ihr Asthma besser zu kontrollieren.

Für weitere Informationen, zur Reinigung und Pflege Ihres Peak-Flow-Meters, und um Ihren persönlichen Peak Flow Tagebuch zu erhalten, besuchen Sie uns bitte Internet:

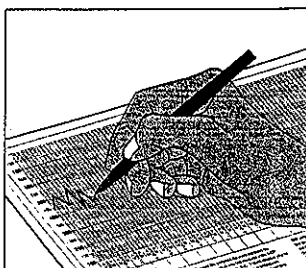
www.micro-medical.de

PG.3



Debe anotar su CME dos o tres veces al día según le indique su médico o su enfermera. Marque su CME cada día en el gráfico (arriba) y escriba la fecha. Una los puntos tal como se muestra. Recuerde que sólo debe marcar el valor más alto de los tres intentos. Su médico tiene que examinar periódicamente su gráfico de CME.

www.micropeak.co.uk



A M Morning
Matin
Morgen
Manana

N O O N Noon
Midi
Mittag
Mediodía

P M Evening
Soir
Abend
Tarde

TAKING CARE OF YOUR MicroPeak

Your MicroPeak Peak Flow Meter is manufactured from medical grade materials, which are water and corrosion resistant. Keep the meter in a dry, clean place and do not expose it to excessive heat. The detachable mouthpiece should be cleaned regularly in a mild disinfectant solution.

The MicroPeak meets all international standards and with careful use, will give accurate performance for at least three years.

ENTRETIEN DE VOTRE MicroPeak

Votre débit-mètre de pointe MicroPeak est fabriqué avec des matériaux de qualité médicale qui résistent à l'eau et à la corrosion. Conservez votre instrument dans un endroit sec et propre, et évitez de l'exposer à une chaleur excessive. L'embout détachable doit être nettoyé régulièrement dans une solution légèrement désinfectante. Le MicroPeak est en accord avec tous les standards internationaux et devrait fournir des résultats précis pendant au moins trois ans, s'il est utilisé avec soin.

PFLEGE+HANDHABUNG

Ihr MicroPeak Peak-Flow-Meter wurde aus hochwertigen Materialien gefertigt, die wasserabweisend und korrosionsbeständig sind. Bewahren Sie das Gerät an einen trockenen Platz auf und vermeiden Sie es hohen Temperaturen auszusetzen. Das Gerät entspricht allen internationalen Standards und sollte Ihnen, bei pfleglicher Behandlung, Korrekte Messwerte für mindest drei Jahre liefern. Wenn Sie einmal Zweifel am Zustand des Gerätes oder der Genauigkeit der Messergebnisse habe, helfen wir Ihnen gerne weiter.

EL CUIDADO DE SU MicroPeak

Su Medidor de Flujo Máximo MicroPeak está fabricado con materiales de calidad médica, resistentes al agua y a la corrosión. Manténgalo en un lugar limpio y seco y no lo exponga al calor excesivo. La boquilla separable debe limpiarse periódicamente en una solución desinfectante suave. El MicroPeak cumple todas las normas internacionales y, si lo usa con cuidado, le dará resultados exactos durante un mínimo de tres años.

PG.4