

PEAK FLOW METER



CE 0120

HS CLEMENT CLARKE INTERNATIONAL

@ 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 results. With careful use the Mini-Wright would be expected to last for three years.



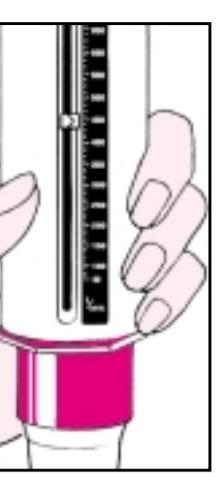
(*) VOTRE DÉBITMÈTRE DE POINTE (PEAK FLOW METER)
Votre débitmètre Mini-Wright vous permettra de contrôler votre asthme par la mesure de votre pic expiratoire. Cette brochure vous explique comment utiliser votre débitmètre et comment le noter pour les résultats. Lorsque le Mini-Wright est utilisé avec soin, la durée de vie de l'appareil est de trois ans.



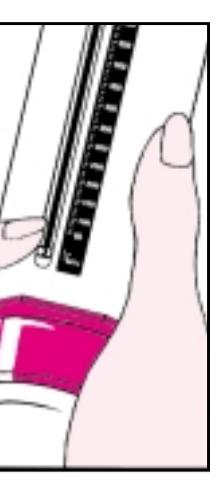
2 **Insert the mouthpiece into the meter, if not already fitted. Ensure the pointer is set at Zero (L/MIN position).**



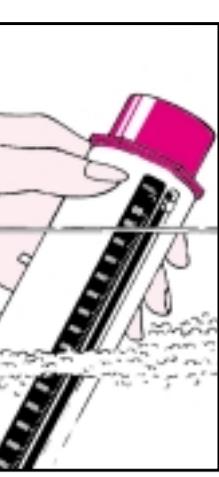
3 **Stand up if possible. Take a deep breath, place the Peak Flow Meter in the mouth and hold horizontally, closing the lips around the mouthpiece, then blow as hard and as fast as you can.**



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



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



6 **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.

Standard Peak Flow Meter

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

② Peak Flow standard complet avec embout universel détachable et mode d'emploi / feuille de notation des résultats

③ Standard Peak Flow Meter komplett mit abnehmbaren universellem Mundstück und Gebrauchsanweisung / Meß Tabelle

④ Misuratore di Picco di Flusso standard completo di boccaglio universale separabile e istruzioni / diagramma grafico

⑤ Standard Peakflow meter inclusief steriliseerbare mondstuk en instructie/registratiekaart

⑥ Peak Flow Meter Standard, incluye boquilla desmontable universal, instrucciones y hoja de anotación de valores

⑦ Expirómetro de Escala Regular completo con Bocal Universal desatácame e Instruções / Tabela de Registros

⑧ Utöndunarmälar med åtökld universal munstycke och instruktioner

⑨ Ρόδιμτρο μέγιστης εκπνευστικής ροής υψηλής κλίμακας, πλήρης με αποσύρθων πλαστικό επιστόμιο και οδηγίες χρήσεως / Κάρτα καταγραφής

⑩ 1 huippuvirtausmittali, standardikokoninen, irrotettava suukappale ja käyttoohje / muistiinpanotaulukko

⑪ Standard peak flowmeter komplet med aftageligt universalmundstykke og brugsanvisning / registreringskort

⑫ Standard PEF-mätare komplett med mundstycket, instruktion och diagram

⑬ En komplet standard Peak Flow Meter med utskiftnbar munstycke og bruksanvisning med måleskjema

Clement Clarke International Ltd.
Edinburgh Way Harlow
Essex CM20 2TT England.
Tel: +44 (0)1279 414969
Fax: +44 (0)1279 635232

Instruction Leaflet. Cat. No. 1902169. Issue 4. 02/01.

④ 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 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 such as Dettol. 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. Fungal growths may occur if the instrument has not been cleaned for some time.

PERFORMANCE ACCURACY The Mini-Wright standard range Peak Flow Meter meets NAEP guidelines and UK Department of Health specification no. 51.

If you have received a Black Scale meter: variations <+10% with Standard Wright Peak Flow Meter.

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 PW24 multiples.

⑤ PRECAUTIONS D'EMPLOI

L'embout buccal démontable doit être désinfecté régulièrement avec une solution de type Dettol. Des gants de ménage peuvent servir 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 obtenir des instructions de nettoyage en cas d'utilisation sur plusieurs patients, auprès de Clement Clarke International Limited, adresse au verso.

PRECISION Le Mini-Wright, modèle standard, est conforme aux normes émises par le NAEP ainsi qu'à la norme N° 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 pourpre portant la mention "ATS 94": Variations de <+10% ou 10 L/min (la plus grande des deux variations) d'après des études réalisées sur banc d'essai ATS utilisant des multiples de la courbe PW24.

⑥ 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 erneutem Gebrauch gründlich reinigen. Das Mundstück ist abnehmbar und sollte jeweils vor Gebrauch 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 unten angegebenen Anschrift anfordern. MESSENGAUKIGEIT Das Mini-Wright Standard Range Peak Flow Meter entspricht den NAEP Richtlinien und der Bestimmung Nr. 51 der britischen Gesundheitsbehörde.

Falls Ihr Gerät eine schwarze Mundstück aufweist:

Abweichungen vom Original Wright Peak Flow Meter <+10%. Falls Ihr Gerät eine rote Mundstück mit Bezeichnung "ATS 94" aufweist Abweichungen <+5%

oder <+10 L/min, gemessen mit ATS Wellenform- Erzeuger unter Verwendung von PW24

Multiplikationsfaktoren.

⑦ USO E MANUTENZIONE DEL MISURATORE DI PICCO DI FLUSSO

E' 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

Mini-Wright segue le orientazioni del NAEP (USA) e la norma no. 51 del Ministero della salute d'Inghilterra. Se 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.

⑧ ONDERHOUD EN GEbruIK VAN DE PEAKFLOW METER

Het is belangrijk uw peakflow meter bij regelmatig gebruik goed schoon te houden. Met het oog op schimmelvorming moet de peakflow meter minimaal eens per maand worden gereinigd. Het is van belang dat men zorgverleners bij Clement Clarke International Limited reinnigingsaanwijzingen aanvraagt; zie adres aan ommezijde.

NAUWKEURIGHEID VAN DE PEAKFLOW METER

De Miniwright Standard Peakflow meter voldeert aan de NAEP richtlijnen en de specificatie no. 51 van het Britse Ministerie van Volksgezondheid. Indien u een meetmeter heeft ontvangen met een zwarte "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witte "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een blauwe "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een oranje "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een groene "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een paarse "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een gele "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een roze "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een blauwgroene "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witblauwe "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroze "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witgele "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witrood "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witblauw "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodblauw "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodrood "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitrood "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitrood "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitrood "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

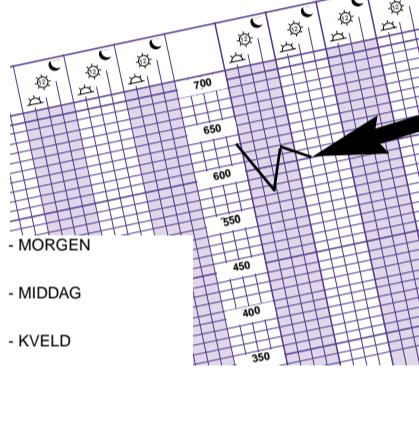
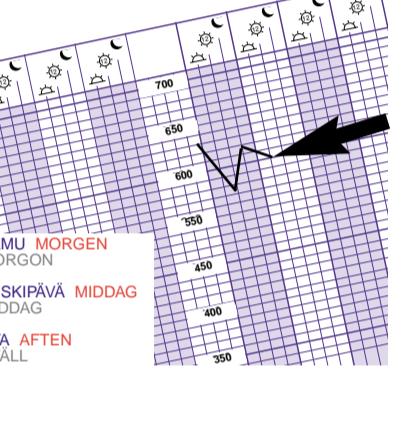
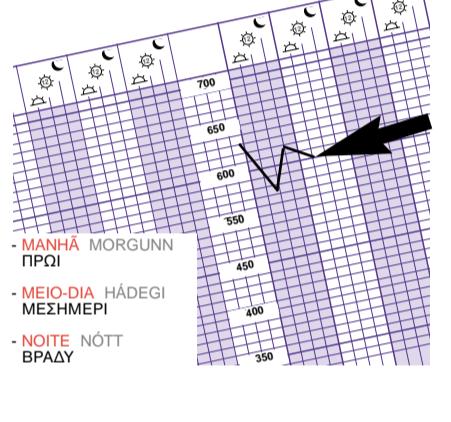
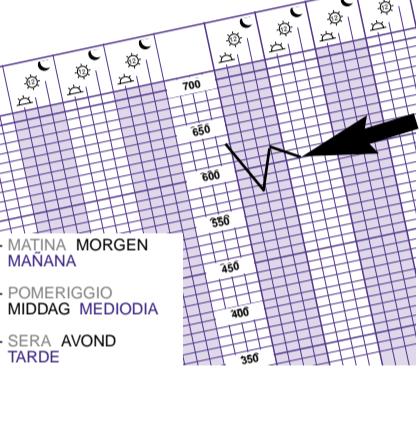
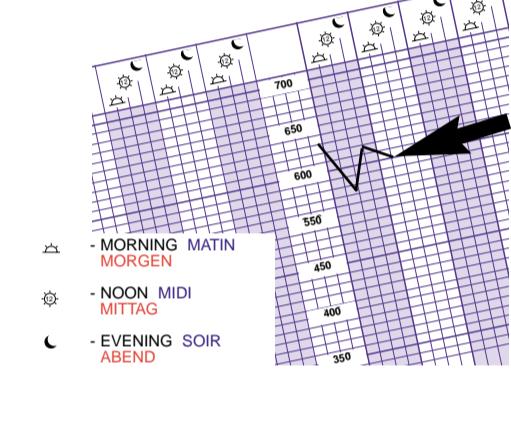
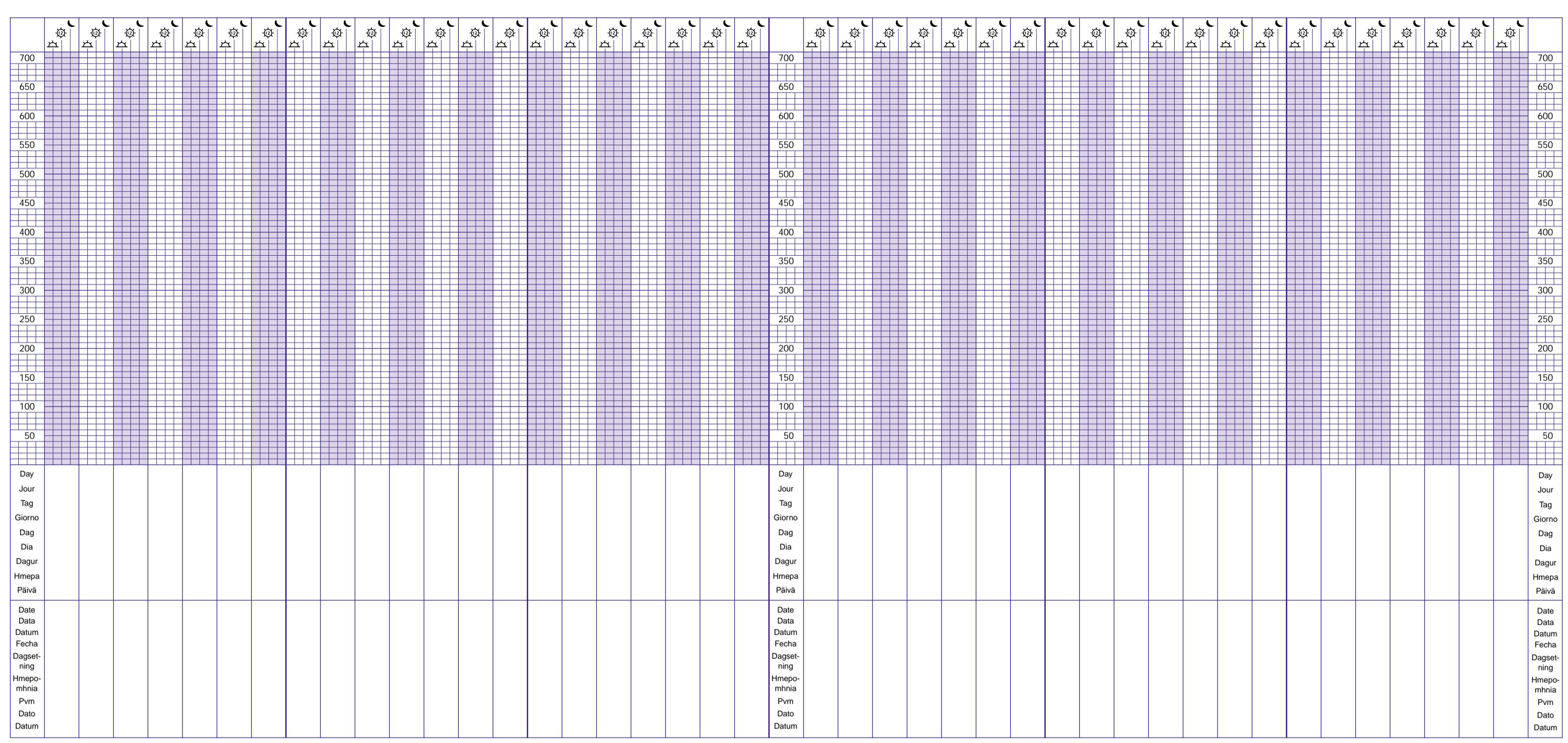
Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.

Als u een meetmeter heeft ontvangen met een witroodwitroodwitroodwitroodwit "Wright" school heeft daarbij een goede resultaat.



Date
Data
Datum
Fecha
Dagset-
ning
Hmepo-
mnia
Pvm
Dato
Datum

Date
Data
Datum
Fecha
Dagset-
ning
Hmepo-
mnia
Pvm
Dato
Datum

Date
Data
Datum
Fecha
Dagset-
ning
Hmepo-
mnia
Pvm
Dato
Datum

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.

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 disegnate 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 la linea orizzontale che mostra il valore di Picco di Flusso misurato supremo (nel'esempio). Contrassegnate i punti d'incrocio con un circolo. Con un tratto si vede la curva di Picco di Flusso della mattina e della sera.

COMO ANOTAR NO GRÁFICO A LEITURA MAIS ALTA.
É importante anotar os valores das leituras. Use o medidor de fluxo duas ou tres 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.

LUKEMIEN MERKITSEMEN TAULUKKOON
Mittauslukkien merkitsemisen taulukkoon päävitän on erittäin tärkeää potilaan tilan seuraamisen kannalta. Suorita ensimmäinen mittaus heti aamulla ylös nostessasi, seuraava mittaus keskipäivän aikaan ja viimeinen mittaus illalla ennen nukkumaan menoa. Kysy lääkäristä lisähohjeet. Merkitse taulukkoon kustakin kolmen mittauksen sarjasta korkein mittaustulos aamulla, keskipäivällä ja illalla.
Suorita mittaus myös silloin kun hengityksesi alkaa "vinkua" tai tunnet äkillistä hengenahdistusta. Nämä lukemat on tärkeää merkitä muistiin.

HVORDAN REGISTRERER DU DINE PEF-VERDIER
Det er viktig å registrere dine PEF-verdier. Målingen bør utføres tre ganger om dagen; straks du står opp om morgen, 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.

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.

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 afzien hor uw Peakflow van dag tot dag varieert. U dient ook uw Peakflow te meten bij plotselingen aanvalen van benauwdheid of kortademigheid.

SKRÁNING MÆLINGA
Skráðu mælingar þínar reglulega. Gerðu mælingar tvísvar á dag; strax að morgni og fyrir svefn - eða eins og læknir mælir fyrir. Skráðu hæsta aflestur í hverri mælingu. Merktu inn á meðfylgjandi töflu með punkti sem sýnir hæsta aflestur að morgni og kveldi hvers dags.
Dragóu strik milli punktanna og þá er auðvölt að sjá breytingar á hámarki frá degi til dags. Gerðu aukamælingu ef þú verður andstundt(ur) eða finnur fyrir andprengslum - hvort sem er að degi eða nótta.

SÅDAN REGISTERER 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 morgen og når du går i seng om aftenen - eller som anvist 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 retningssgivende for brugeren. Har du problemer med at bruge dit flowmeter, så spørg din læge eller sygeplejerske til råds.

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.

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 utilice el medidor. Marcar en el gráfico diariamente con un punto, el valor más alto de la mañana, mediodia 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.

ΠΩΣ ΝΑ ΚΑΤΑΓΡΑΦΕΤΕ ΤΗ ΜΕΓΙΣΤΗ ΕΚΠΝΕΥΣΤΙΚΗ ΡΟΗ ΣΑΣ
Είναι σημαντικό να καταγράφετε τις μετρήσεις της μέγιστης ροής σας. Οι μετρήσεις πρέπει να γίνονται δύο φορές την ημέρα, πρώτη δουλειά το πρωί, το μεσημέρι και πριν την κατάλιση, ή όπως θα σας συστήσει ο ιατρός σας. Χρησιμοποιήστε τον πίνακα που δινεται πάρακάτω 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.

HUR FYLLER DU I KURVAN?
I regel görs undersökningen hemma två eller tre gånger per dygn. De olika värdena förs in på kurvbladet efter varandra i dagens kolumn. 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.