

Использование и уход за нагрузочным спирометром Acapella® choice



Научиться пользоваться нагрузочным спирометром экспираторного потока легко. Глубоко дышите, наполняя легкие воздухом, что помогает их тренировать. Нагрузочный спирометр Acapella® choice используется как на вдохе, так и на выдохе, помогая легким восстанавливать свою работу. Во время выдоха вибрация от спирометра передается по дыхательным путям.

Перед использованием спирометра Acapella® choice

ПОМОЙТЕ РУКИ



1. Помойте руки
2. Проверьте установки уровня нагрузки в соответствии с рекомендациями вашего лечащего врача.

УСТАНОВИТЕ НАГРУЗКУ



Можете начинать упражнения

Использование спирометра Acapella® choice

ВДОХНИТЕ через изделие



1. Возьмите загубник в рот
2. Глубоко вдохните и задержите дыхание на 2-3 секунды
3. Медленно и плавно выдохните через изделие в течение 6-9 секунд, плотно сжимая загубник
4. Повторите дыхательное упражнение 10-20 раз
5. Извлеките загубник (или маску) и откашляйтесь 2-3 раза, как будто вы задуваете свечу с широко открытым ртом.

ЗАДЕРЖИТЕ ДЫХАНИЕ, не отнимая загубник ото рта



ВЫДОХНИТЕ через изделие



Сделайте
10-20
дыхательных
циклов

ОТКАШЛЯЙТЕСЬ



Повторяйте упражнения не реже 4 раз в день (или в соответствии с рекомендациями своего лечащего врача)

Очистка спирометра Acapella® choice

РАЗБЕРИТЕ СПИРОМЕТР



1. Разберите спирометр
2. Обычная очистка: положите детали в теплую мыльную воду на 15-20 минут
3. Дезинфекция: помойте спирометр на верхней полке посудомоечной машины

ПОМОЙТЕ



Дополнительная информация находится в инструкции по эксплуатации