

vodě, důkladně osušte a opět sestavte. Jednou za týden doporučujeme vyčistit zařízení za použití doporučených čistících tablet POWERbreathe.

Pokud přístroj nepoužíváte, uchovávejte jej zabalený.

### Objem nádechu (v ml) dle délky nádechu a nastavené regulační pozici

Délka nádechu (vteřiny)	Pozice regulačního kroužku			
	0 300ml/s	1 400ml/s	2 500ml/s	3 600ml/s
3	900	1 200	1 500	1 800
4	1 200	1 600	2 000	2 400
5	1 500	2 000	2 500	3 000
6	1 800	2 400	3 000	3 600
7	2 100	2 800	3 500	4 200
8	2 400	3 200	4 000	4 800
9	2 700	3 600	4 500	5 400
10	3 000	4 000	5 000	6 000

Pokud vyžadujete přesnější měření, doporučujeme použít specializované vybavení.

Vyrobeno v Brazílii výhradně pro POWERbreathe® International Ltd.

Výhradní dovozce do ČR a SR:

Respiration.cz - Aleš Zárybnický  
468 12 Bedřichov 338  
E-mail: [info@respiration.cz](mailto:info@respiration.cz)  
Tel: +420 721 613 829

**CE**  
třída 1  
Zdravotnická pomůcka  
MDD 93/42/EEC  
POWERbreathe International Ltd  
E & OE © 01/2011.

# RESPIRON™

Zlepšuje kvalitu a sílu dýchání

Domácí terapie při dýchacích potížích

- procvičuje a posiluje dýchací svaly
- podporuje hluboké dýchání, které pomáhá při zbavování se nadbytečných hlenů
- pomáhá předcházet bronchiálním a plicním onemocněním a infekcím
- možnost nastavení intenzity cvičení

určeno pro jednoho uživatele

jednoduché použití

jednoduché čištění



## UŽIVATELSKÁ PŘÍRUČKA

## Co je Respirom?

Respirom je dechová pomůcka určená ke zkvalitnění dýchání a obnově dechového stereotypu.

Respirom posiluje a procvičuje dýchací svalstvo podporou kontrolovaného, pomalého a hlubokého dýchání. Respirom může být také použit k znovuobnovení a udržení funkce plic.

Toto dlouhé a pomalé dýchání má mnoho pozitivních účinků:

- pomáhá znovuobnovit plicní kapacitu a funkci po období neaktivity
- zvyšuje plicní tlak a objem nádechu
- pomáhá znovuobnovit plicní funkce pacientům po operacích srdce a plic
- může být využit jako součást plicní hygieny (odstranění nadbytečného hlenu z plic)
- pomáhá ke snížení nadměrného stresu

## Jak používat Respirom?

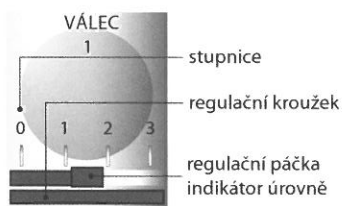
- připojte náustek a trubici k jednotce s míčky
- uchopte náustek pevně svými rty, držte komoru s míčky ve svislé poloze
- zhluboka se nadechněte tak, abyste postupně zvedli všechny tři míčky umístěné v zařízení a udrželi je ve vzduchu po několik vteřin. **Poznámka: Dýchání musí být intenzivní a hluboké, ale nikoli příliš rychlé. Míčky by se měly zvedat měkce a plynule, spíše než náhle.**
- po nádechu vyjměte náustek z úst a normálně vydechněte
- několikrát se normálně nadechněte a vydechněte a pak celý postup zopakujte tolikrát, dokud to bude možné, nebo kolikrát doporučuje lékař. **Doporučujeme provádět toto cvičení 2x denně po deseti nádeších.** Pokud Vám přijde toto dechové cvičení příliš namáhavé nebo naopak příliš snadné, Respirom umožňuje nastavení obtížnosti.

## Jak při používání Respiromu nastavit intenzitu?

Pro nastavení úrovně obtížnosti cvičení otočte za pomoci páčky regulačním kroužkem. Páčka se pohybuje po stupnici (0-1-2-3) a slouží jako indikátor úrovně obtížnosti cvičení.

Pokud cítíte, že se cvičení stává méně namáhavé, můžete zvýšit obtížnost cvičení posunutím páčky na další úroveň.

Po dosažení třetí úrovně obtížnosti může být cvičení dále ztíženo tím, že budete míčky zvedat na delší dobu.

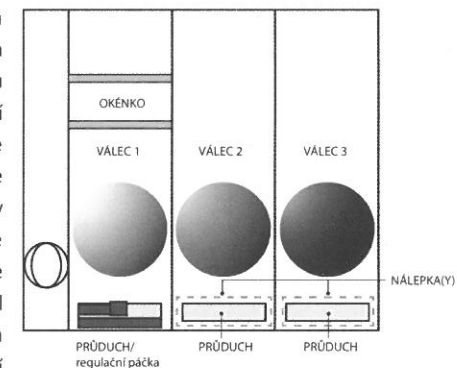


regulační páčka na úrovni "0" - snadné  
regulační páčka na úrovni "1" - normální  
regulační páčka na úrovni "2" - obtížné  
regulační páčka na úrovni "3" - velmi obtížné

## Jak při používání Respiromu snížit intenzitu cvičení?

Snížení obtížnosti cvičení je vhodné zejména pro nemocné nebo děti, kteří nejsou schopni manipulovat s míčky ve standardním nastavení. Toho může být dosaženo zakrytím vzduchových ventilů v dolní části komory 3, nebo komor 2 a 3, nálepkami, které jsou součástí balení Respirom.

Vezměte na vědomí, že každá komora má dva otvory, jeden na přední a jeden na zadní straně. Začněte s uzavíráním otvorů za pomoci nálepek na komoře č.3. To sníží potřebné úsilí při cvičení, protože jen dvě první komory zůstanou funkční. Pokud je cvičení i nadále obtížné, uzavřete otvory také na komoře č.2. Cvičení se stane ještě snazší, protože se bude zvedat pouze míček v první komoře. Jak se uživatel zlepšuje, mohou být nálepky odstraněny a Respirom postupně uveden do standardní úrovně.



## Upozornění

Respirom je zařízení určené pro jednoho uživatele. Z hygienických důvodů by nemělo být používáno dalšími osobami.

Osoby mladší 16 let by měly používat přístroj pod dozorem dospělé osoby.

Pokud při používání Respiromu pocítíte závrať, přestaňte s cvičením a klidně dýchejte nosem, až pocit odezní. Pokud i přesto pocity závratě přetrvávají, nebo se při používání Respiromu vyskytnou nějaké další potíže, okamžitě přestaňte přístroj používat a konzultujte vše se svým lékařem.

Respirom je navržen tak, aby posiloval dýchací svalstvo. Žádné další využití nebylo zamýšleno nebo zahrnuto. Tento výrobek neslouží k diagnóze, léčbě nebo prevenci jakékoli choroby.

Používejte pouze zařízení dodané v nepoškozeném ochranném obalu.

Skládajte na chladném, suchém místě, vzdáleném od zdroje přímého tepla a slunečního záření.

Výrobek je dodáván z hygienických důvodů v ochranném obalu a není možné ho vrátit, pokud byl obal poškozen.

## Údržba

Protože je Respirom vystaven během užívání slinám, doporučujeme ho po každém použití vyčistit. Sejměte náustek a trubici. Umyjte všechny součástky v mýdlové vodě, následně opláchněte v čisté