

## FI Suomi

### Käyttöohjeet

Apteq PEF -mittaria käytetään mittaamaan uloshengityksen huippuvirtausnopeutta (Peak Expiratory Flow Rate, PEFR). PEF -mittaus on tärkeä keuhkojen toimintakoe. PEF -mittaria käytetään hengityselinsairauksien, kuten astman seurantaan. Mittaamalla päivittäin PEF -arvoa ja kirjaamalla ne ylös, pystytään lääkärin kanssa tekemään tärkeitä hoitopäätöksiä. Käytä mittaria ja aseta värilliset säädettävät seurantamerkit lääkärin tekemän hoitosuunnitelman perusteella. Lataa PEF -seurantakortti sivuiltamme osoitteesta [www.apteq.fi](http://www.apteq.fi). Käytettäessä PEF -mittaria sen puhtaanapito on tärkeää.

**Huomio:** Tutustu myös muihin laitteen mukana toimitettuihin asiakirjoihin. Lue nämä ohjeet huolellisesti ennen käyttöä. Tarkempaa tietoa omasta PEF -seurannasta saat lääkäriltä. Säilytä nämä ohjeet myöhempää tarvetta varten.

### Käyttö

- 1 Nollaa mittari siirtämällä punainen osoitin mitta-asteikon alareunaan.
- 2 Nouse seisomaan, vedä syvään henkeä, aseta PEF -mittarin suukappale tiiviisti suuhusi huuliasi vasten ja pidä mittaria vaakatasossa.
- 3 Puhalla ilma ulos niin kovaa ja nopeasti kuin pystyt. Lukema, johon punainen osoitin pysähtyy, on PEF -arvos.

**Huom:** Mittariin yskimistä ja sylkemistä tulisi välttää, koska se heikentää tuloksen luotettavuutta.

- 4 Toista kohdat 1, 2 ja 3 vielä kaksi kertaa. Kirjaa PEF seurantakorttiin näistä korkein lukema.

### Vianhaku

Tarkasta mittari säännöllisesti, varmistaaksesi sen oikea toiminta. Liikkuvien osien tulee toimia sujuvasti ja vapaasti. Osoittimen tulee siirrettäessä jäädä paikoilleen asteikolla. Epätavallisten lukemien tapauksessa ota yhteyttä lääkäriisi. Tarvittaessa ota yhteyttä laitteen jälleenmyyjään. Pidä mittari puhtaana. Vältä likaa, kolhuja ja puristumista. Oikealla käytöllä mittarin käyttöikä on 1-3 vuotta. Tämän jälkeen suosittelemme vaihtamaan uuteen mittariin.

### Puhdistus

Puhdista mittari vähintään kerran viikossa upottamalla mittari lämpimään (mutta ei kuumaan) hieman pesuainetta sisältävään veteen 2-3 minuutiksi ja enintään 5 minuutiksi. Liikuta mittaria vedessä varmistaaksesi hyvän puhdistumisen. Huuhtelee puhtaalla lämpimällä vedellä, ravistele kevyesti pois taaksesi suurin osa vedestä ja anna kuivua huoneenlämmössä ennen seuraavaa käyttöä.

**!** Mittaria ei saa desinfioida keittämällä.

### Varoitukset

PEF -mittaria käytetään hengityselinsairauksien, kuten astman seurantaan lääkärin ohjauksessa. Mittari on henkilökohtainen, ellei

sitä puhdisteta joka käytön jälkeen ja käytettä kertakäyttöistä suukappaletta. Kertakäyttöisiä suukappaleita on saatavilla.

### Tulosten seuraaminen

Mittarilla on helppo noudattaa hoitosuunnitelmaa. Aseta lääkärin kanssa mittarin värilliset seurantamerkit oikeisiin kohtiin parhaan PEF -arvos perusteella (saavuttamasi paras PEF -arvo).

**Huom:** Mikäli seurantamerkkien paikat muuttuvat vahingossa, ota yhteyttä lääkäriin tai hoitajaan. Mittaus tulisi suorittaa kahdesti päivässä, aamulla ja illalla, tai lääkärin ohjeistamalla tavalla. Puhaltaessasi PEF -mittariin osoitin asettuu asteikolla oman PEF -arvos kohdalle. PEF -arvos luokitellaan kolmelle eri värialueelle:

**Vihreä** – Jatka normaalia lääkitystä ja normaalia elämää (80 – 100 % parhaasta PEF -arvostasi).

**Keltainen** – Varo, astmasi saattaa olla pahentumassa. Noudata lääkitystä, jolla pääset takaisin vihreälle alueelle (50 – 80 % parhaasta PEF -arvostasi).

**Punainen** – Hälytys, ota välittömästi yhteyttä lääkäriin (< 50 % parhaasta PEF -arvostasi).

### Tekniset tiedot

Mittausalue	60-800 L/min
Tarkkuus	± 10 L/min tai ± 10% lukemasta (riippuen kumpi on suurempi)
Toistettavuus	± 5 L/min tai ± 5 % lukemasta (riippuen kumpi on suurempi)
Säilytysolosuhteet	10-35 °C, 30-75% RH
Korkein virtausvastus	0.00384 kPa/L/min@ 720 L/min

# Apteq PEF-mittari

## Käyttöohje

Model: PF120A

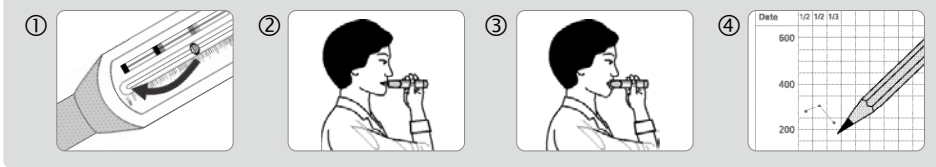


PAREMPAA APTEEKISTA

APTEQ

apteq.fi

Korkeusvaikutus PEF-mittariin (ja ulos hengitettyyn ilmaan)	n. 5% matalammat lukemat per 1000m, (alentunut ilman tiheys nostaa PEF arvoa n. 5% per 1000m)
Taajuusvaste	Alle 15 L/min tai 15% (riippuen kumpi on suurempi)



## SV Svenska

### Bruksanvisning

Apteq PEF-mätaren används för att mäta topputandningsflödet (Peak Expiratory Flow Rate, PEF). En PEF-mätning är viktig för att testa lungornas funktion. PEF-mätare används vid uppföljningen av sjukdomar i andningsorganen, såsom astma. Genom att dagligen mäta PEF-värdet och anteckna det kan du tillsammans med din läkare fatta viktiga beslut om vården. Använd mätaren och ställ in de färgade och justerbara uppföljningsmärkena enligt den vårdplan som din läkare har utarbetat. Ladda ner ett PEF-uppföljningskort från vår webbplats [www.apteq.fi](http://www.apteq.fi). När du använder en PEF-mätare är det viktigt att du håller den ren.

**Obs!** Läs även övriga dokument som har levererats med enheten. Läs den här bruksanvisningen omsorgsfullt före användning. Du får mer detaljerad information om din egen PEF-uppföljning av din läkare. Spara de här anvisningarna för senare behov.

### Användning

- 1 Nollställ mätaren genom att flytta den röda markören till mätskalans nedre kant.
- 2 Stå upp, dra ett djupt andetag, placera PEF-mätarens munstycke tätt mot dina läppar och håll mätaren vågrätt.
- 3 Gör en så kraftig och snabb utandning som möjligt. Det tal, vid vilket den röda markören stannar, är ditt PEF-värde.

**Obs!** Undvik att hosta och spotta i mätaren, eftersom detta minskar resultatets tillförlitlighet.

- 4 Upprepa punkterna 1, 2 och 3 ännu två gånger. Anteckna det högsta av dessa värden på ditt PEF-uppföljningskort.

### Felsökning

Kontrollera mätaren regelbundet för att säkerställa att den fungerar korrekt. Rörliga delar ska fungera smidigt och fritt. Markören ska förbli på den plats på skalan som du flyttar den till. Kontakta din läkare om det förekommer onormala mätresultat. Kontakta vid behov enhetens återförsäljare. Håll mätaren ren. Undvik smuts, stötar och att den kommer i kläm. Vid korrekt användning är mätarens livslängd 1–3 år. Därefter rekommenderar vi att du byter till en ny mätare.

### Rengöring

Rengör mätaren minst en gång per vecka genom att sänka ner den i varmt (inte hett) vatten med lite tillsatt rengöringsmedel i 2–3 minuter och högst 5 minuter. Rör på mätaren i vattnet för att garantera att den blir ren. Skölj med varmt vatten, skaka den lätt för att avlägsna det mesta av vattnet och låt den torka i rumstemperatur innan du använder den på nytt.

**!** Mätaren får inte desinficeras i kokande vatten.

### Varningar

PEF-mätare används vid uppföljningen av sjukdomar i andningsorganen, såsom astma, i enlighet med läkares anvisningar. Mätaren

är personlig, såvida den inte rengörs efter varje användning och man använder engångsmunstycken. Engångsmunstycken finns tillgängliga.

### Uppföljning av resultaten

Med mätaren är det enkelt att följa vårdplanen. Läkaren ställer in mätarens färgade uppföljningstecken på rätt platser enligt ditt bästa PEF-värde (det bästa PEF-värde du har uppnått).

**Obs!** Kontakta läkare eller skötare om uppföljningsmärkena flyttas av misstag. Mätningen ska göras två gånger om dagen, på morgonen och på kvällen, eller enligt läkares anvisningar. När du blåser i PEF-mätaren ställs markören in på skalan enligt ditt eget PEF-värde. Ditt PEF-värde klassificeras enligt tre färgområden:

**Grönt** – Fortsätt din normala medicinering och lev ett normalt liv (80–100 procent av ditt bästa PEF-värde).

**Gult** – Se upp, din astma håller kanske på att förvärras. Följ medicineringen för att komma tillbaka till det gröna området (50–80 procent av ditt bästa PEF-värde).

**Rött** – Larm, kontakta läkare omedelbart (< 50 procent av ditt bästa PEF-värde).

### Tekniska data

Mätområde	60-800 L/min
Noggrannhet	± 10 L/min eller ± 10 % av mätvärdet (beroende på vilket som är större)
Repeterbarhet	± 5 L/min eller ± 5 % av mätvärdet (beroende på vilket som är större)
Förvaring	10-35 °C, 30-75% RH
Högsta flödes-svar	0.00384 kPa/L/min@720 L/min

Höjdnivern kan på PEF-mätaren (och utandningsluf-ten)	cirka 5 procent lägre mätvärden per 1 000 meter (luftens lägre densitet höjer PEF-värdet med cirka 5 procent per 1 000 meter)
Frekvens-respons	Under 15 L/min eller 15 % (beroende på vilket som är större)

### Warranty Card

This instrument is covered by a 2 year guarantee from the purchase date. The guarantee is valid only on presentation of the guarantee card completed by the dealer confirming date of purchase or the receipt. Opening or altering the instrument invalidates the guarantee. The guarantee does not cover damage, accidents or non-compliance with the instruction manual. Please contact your local seller/dealer or [www.apteq.fi](http://www.apteq.fi).

**Customer Name:** \_\_\_\_\_

**Address:** \_\_\_\_\_

**Telephone:** \_\_\_\_\_

**E-mail address:** \_\_\_\_\_

### Product Information

**Date of purchase:** \_\_\_\_\_

**Store where purchased:** \_\_\_\_\_


 Rossmax Swiss GmbH, 9435 Heerbrugg, Switzerland  
[www.rossmax.com](http://www.rossmax.com)  

 Shanghai Everpure Medical Plastic Co., Ltd.  
 No. 2418 Tingfeng Rd., Xinnong Town,  
 Jinshan District, 201503 Shanghai, China  
 CMC Medical Devices & Drugs S.L.  
 C/ Horacio Lengo Nº18, CP29006, Málaga, Spain


 ISO 9001  
 ISO 13485  
 Apteq\_IB\_PFI20A\_SVF\_  
 SHEPC/CMC\_wer237  
 IN3PFI20A000000XX