

Dvojčinný IMT/PEP

Trénink dýchacích svalů



Uživatelská příručka



GHIT GH Innotek Co., Ltd.

Výkon a kritéria

IMT: max. 40 cmH₂O, PEP: max. 20 cmH₂O

*Tolerance: ± 2 cmH₂O nebo $\pm 10\%$ Tolerance: ± 2 cmH₂O nebo $\pm 10\%$

** IMT: Trénink dýchacích svalů, PEP: Pozitivní výdechový tlak

Účinky použití



Posilování
dýchacích
svalů



Zlepšení
tloušťky
bránice



Posílení
pánevního
bazálního
svalstva



Zvýšený
srdeční výdej

Účel

- ▶ Jedná se o zdravotnický prostředek, který se používá k tréninku dýchání.

Účinnost

- ▶ Pomáhá lidem s astmatem a lidem, kteří mají potíže s dýcháním.
- ▶ Zlepšuje funkci plic před operací a po ní. Zabraňuje plicním komplikacím, jako je např. zápal plic po operaci.
- ▶ Podobně jako cvičení s činkami pro zvýšení svalové síly, používání tohoto zařízení rychle zlepšuje dýchací svaly.

Bezpečnostní opatření při použití

- ▶ Pokud se během používání objeví vibrace nebo hluk, snižte tlak.
- ▶ Zařízení nevyvažujte ani nezahřívejte.
- ▶ Je zakázáno jej používat bezprostředně po operaci plic a u osob, které mají v anamnéze pneumotorax, a které musí dbát na krevní tlak. Pokud jste podstoupili operaci plicního onemocnění, lze jej použít po léčbě. Při použití se poraďte s lékařem.
- ▶ Před použitím se ujistěte, že je přístroj v řádném hygienickém stavu.
- ▶ Nenechávejte přístroj bez dozoru dětí. Nejedná se o hračku.
- ▶ **Nepoužívejte příliš velkou sílu k regulaci úrovně tlaku. Mohlo by to způsobit poruchu nebo poškození přístroje.**
- ▶ Při použití těhotnými ženami a dětmi používejte po nastavení s velmi nízkým tlakem.



Jak používat IMT/PEP



Režim1 (IMT)

- ▶ Posiluje bránici tím, že při nádechu vyvolává břišní dýchání -> zvyšuje kapacitu plic, zpomaluje vylučování kyseliny mléčné a zlepšuje tak výkonnost.



Režim2 (PEP)

- ▶ Pomáhá odvádět sputum z plic a dýchacích cest posilováním výdechových svalů.

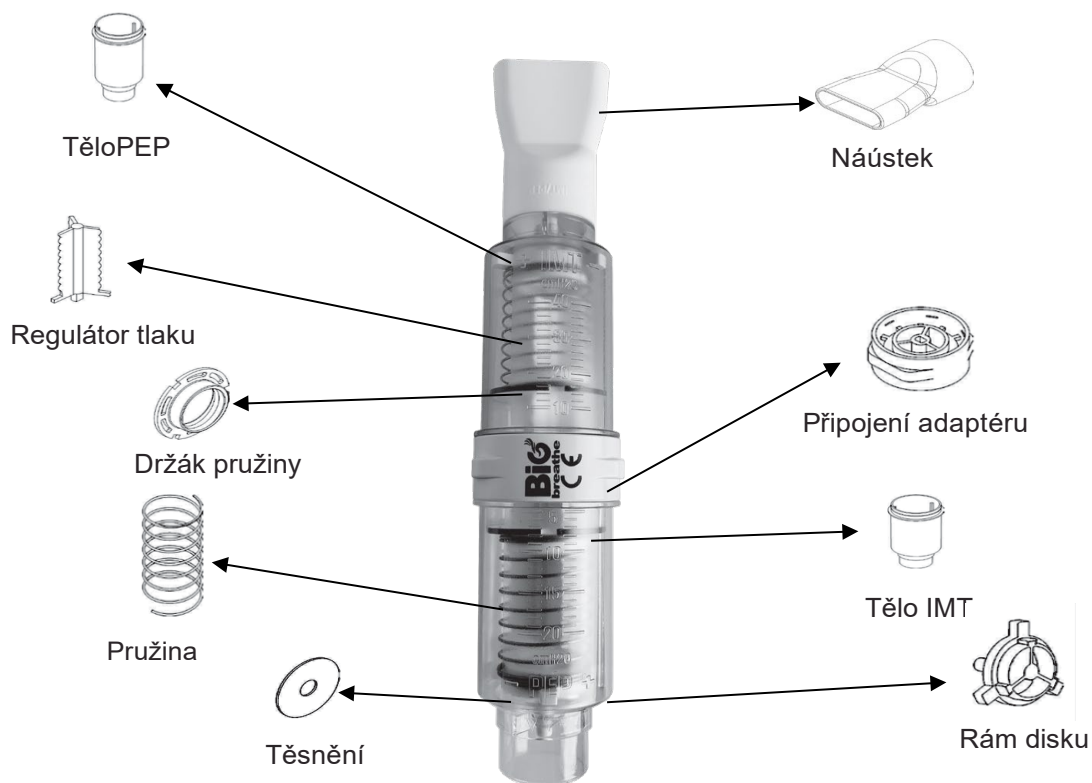
Režim3 (IMT+PEP)

- ▶ Vdechová a výdechová cvičení lze provádět současně.

- 1) Spojte náustek s tělem PEP.
- 2) Podržte přípojku adaptéru a otáčením tělesa nastavte tlak. Čím vyšší je stupeň, tím vyšší je hodnota tlaku, tím obtížnější je dýchání (+: tlak nahoru, -: tlak dolů).
- 3) Po uzavření náustku rty se pravidelně nadechněte a vydechněte po dobu 3 až 5 sekund s břišním dýcháním.
- 4) 30 minut cvičení denně zvýší kapacitu vašich plic efektivněji. (Dýchejte pouze ústy.)
- 5) Začněte s pouze několika nádechy a výdechy, postupně si přidávejte zátěž, a prodlužujte dobu cvičení až na 30 min denně. Konkrétní hodnoty se nastavují individuálně, doporučujeme je konzultovat s odborníkem.

* Je účinný, když je nastavený tlak vyšší než 30 % maximálního dechu. (MIP).

Demontáž



- 1) Odpojte náústek od těla PEP.
- 2) Přidržte přípojku adaptéru a vytáhněte tělo PEP (IMT), aby se uvolnilo.
- 3) Odpojte regulátor tlaku od přípojky adaptéru.
- 4) Odpojte držák a pružinu od regulátoru tlaku.
- 5) Otočením držáku pružiny ve směru hodinových ručiček ji uvolněte.

Montáž

Našroubujte vodící pružinu do regulátoru tlaku a vyrovnejte ji s výstupkem.



- ▶ Po vložení pružiny ji vložte do rámu disku.
- ▶ Sestavte tělo IMT(PEP) a připojení adaptéru.



- ▶ Sestavte IMT(PEP) stejnou cestou a smontujte náústek k tělu PEP.

Při montáži a demontáži pružiny věnujte pozornost tvaru a tloušťce každé pružiny a sestavte ji nebo rozeberte. (IMT: 0,8 mm, PEP: 0,7 mm).

Jak čistit a spravovat

- ▶ Díly omyjte vlažnou mýdlovou vodou a opláchněte, dokud se mýdlo zcela neodstraní.
- ▶ Jednotlivé díly pečlivě vysušte.
- ▶ Při dlouhodobém namáčení ve vodě pružina rezaví.
- ▶ Snadné čištění: náustek lze snadno oddělit a vyčistit.

Komponenty



Big Breathe Double
IMT/PEP



Nose Clips

Klipsy na nos



Náustek



User's Guide
Guide d'utilisation
(사용설명서)



Uživatelská příručka

MIP průměrný tlak podle pohlaví a věku

Věk Pohlaví	20	25	30	35	40	45	
Muž	112	110	108	106	104	102	
Žena	96	93	90	87	84	81	
Věk Pohlaví	50	55	60	65	70		cmH ₂ O
Muž	100	97	95	93	91		
Žena	78	74	71	68	65		

MIP: Maximální dechový tlak

* Je účinný, pokud je nastavený tlak vyšší než 30 % maximálního dechového tlaku (MIP).

GH INNOTEK co, Ltd.

406,2,Busandaehak-ro 63beon-gil, Geumjeong-gu, Busan,
Korejská republika

e-mail: ghit@ghit.co.kr Tel: +82 51 (051)-518-4701 www.ghit.co.kr



Evropský zástupce:

CNJ Medical sas

35 Avenue Dr. C. Gabriel Pravaz 38480 PONT DE BEAUVOISIN

www.cnjmedical.com info@cnjmedical.com

Tel: +33 (0)6 5149 98 17

Dovozce do ČR a SK	d-Health s.r.o. Hradešínská 2144/47 101 00 Praha 10- Vinohrady sales@d-health.cz +420 725 450 657
-----------------------	--

Dokument č. GHIM-001-IMT/PEP, Rev.2 - CS