

Big breathe S-IMT

Trenažér dýchacích svalů



Uživatelská příručka

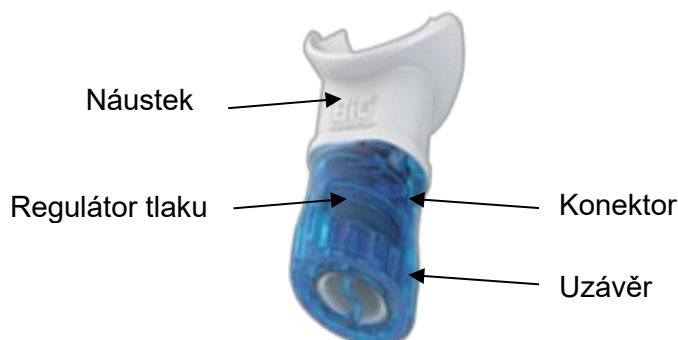
Účel

- ▶ Jedná se o zdravotnický prostředek, který se používá pro účely dechového tréninku (cvičení dechových svalů).

Účinnost

- ▶ Zvětšování tloušťky bránice pomocí tréninku břišních svalů (břišní dýchání).
- ▶ Zmírňuje dušnost a zvyšuje kapacitu plic (podobný účinek jako cvičení s činkami).
- ▶ Zvyšuje a zlepšuje kardiopulmonální vytrvalost zlepšující sportovní výkony, které vyžadují hodně dýchání, jako je maraton, cyklistika, fotbal, plavání a turistika.

Složení části



Upozornění pro použití

- ▶ Před použitím se ujistěte, že je zařízení v řádném hygienickém stavu.
- ▶ Zařízení nikdy nevyvařujte ani nezahřívejte.
- ▶ Nepoužívejte, pokud jste v minulosti prodělali pneumotorax.
- ▶ Nejedná se o hračku, a děti by s ní neměly manipulovat ani ji používat samy.
- ▶ U dětí a těhotných žen používejte nižší tlak.



Jak používat S-IMT

- 1) Otáčením uzávěru nastavte požadovanou hodnotu tlaku.
- 2) Úplně uzavřete náustek rty a nadechněte a vydechněte pouze ústy v pravidelných intervalech 3-5 sekund pomocí břišního dýchání.
- 3) Začněte s pouze několika nádechy a výdechy, postupně si přidávejte zátěž, a prodlužujte dobu cvičení až na 30 min denně.
- 4) Konkrétní hodnoty se nastavují individuálně, doporučujeme je konzultovat s odborníkem

Účinné, pokud je nastavený tlak alespoň 30 % maximálního sacího tlaku (MIP).

Nikdy neodpojujte tlakovou jednotku.

Jak jej skladovat a pečovat o něj po použití

Skladujte na chladném místě mimo dosah přímého slunečního světla.

Demontáž

- 1) Uchopte konektor a vytáhněte náustek, abyste jej mohli vyjmout.
- 2) Odpojte tlakovou jednotku a konektor.

(Sestavujte v opačném pořadí než při montáži).

Snadné čištění

- 1) Vyjměte hlavní jednotku a náustek.
- 2) Každou část jemně omyjte ve vlažné vodě.
- 3) Očištěné díly sušte ve svislé poloze na vzduchu nebo ve sterilizátoru.

Pružina z nerezové oceli (SUS) při dlouhodobém působení vody rezaví, proto ji doporučujeme rychle vysušit

Výkonnost a kritéria

► Rozsah tlaku Rozsah tlaku: 9~81cm H₂O

► Přesnost tlaku: ±5 cm H₂O nebo ±10%

Tlakový stupeň: 1~9úrovní (jednotka cm H₂O)

Level	1Lev	2Lev	3Lev	4Lev
CmH ₂ O	10	17	27	37
5Lev	6Lev	7Lev	8Lev	9Lev
46	57	69	86	99

Komponenty



S-IMT



Popruhy



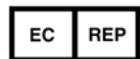
Pevné pouzdro

 **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-S-IMT, Rev.2 - CS