

Trenér dýchání

č. výrobku 133115667

Příručka

Děkujeme, že jste se rozhodli pro koupi tohoto výrobku. Přečtěte si prosím pečlivě tuto příručku dříve, než uvedete přístroj do provozu. Příručku dobře uschovejte pro případné budoucí použití.

Úvod

Trenér dýchání (dále zkráceně „přístroj“) je přístroj pro trénování dýchacích svalů. Posiluje svaly používané k dýchání a zlepšuje vytrvalost, zejména bráničních a mezižeberních svalů / svalů hrudního koše. Přístroj je navržen kompaktně a ergonomicky. Je vhodný pro široký rozsah proudění vzduchu (250 - 5000 ml) a tedy pro velkou skupinu lidí.

Sestavení a komponenty

číslo	popis
1	vlnitá trubice
2	náústek
3	držák trubice
4	smajlíkový ukazatel
5	pozorovací okénko pro nadechovací rychlost
6	oblast proudění vzduchu
7	ukazatel proudění vzduchu
8	filtr
9	spínač režimu
10	plovák
11	posunovač stupnice

Rozsah dodávky

- tréninkový přístroj
- náústek (PP – bez ftalátů)
- vlnitá trubice
- příručka

Zamýšlené použití

Přístroj je navržen jako trenér dýchacích svalů (tedy pro svaly používané k dýchání). Má to svaly posílit, zlepšit vytrvalost, stejně tak snížit únavu. Uživatelé mladší 19 let mohou přístroj používat výhradně pod dohledem dospělé osoby, protože obsahuje malé díly. Přístroj není vhodný pro děti mladší 6 let.

Technická data

délka	157 mm	108 mm	63,5 mm
šířka	135 mm	24 mm	22,36 mm
výška	64 mm	22 mm	N.z.

Použití

1. Příprava:

Proveďte neporušenost všech komponentů kvůli poškození, nebo abyste mohli vyloučit známky opotřebení. Komponenty při poškození nebo opotřebení v případě potřeby vyměňte. Nasaďte vlnitou trubici řádně na přístroj a poté propojte náustek s vlnitou trubicí. V případě potřeby přepněte na dospělého nebo dítě. Stupnici nastavte na tréninkový cíl. (Normální hodnota je podle stáří a tělesné výšky uvedena v tabulce v příloze).

2. Začátek tréninku:

- Posadte se vzpřímeně.
- Držte přístroj před sebou, přičemž by se měl náustek nacházet ve výšce rtů.
- Zhluboka se nadechněte.
- Náustek obejměte rty.
- Pomalu a zhluboka se nadechujte, dokud indikátor proudění vzduchu nedosáhne středového smajlíka.
- Poté zadržte dech asi na 3 sekundy. (Jsou zde 3 smajlíky, z nichž každý představuje nízké, střední a vysoké proudění vzduchu zdola nahoru). Sejměte náustek ze rtů a vydechněte.
- Opakujte výše uvedené kroky po každé minutové přestávce trvající 1 minutu. Cvičení opakujte 15krát – při sezení dvakrát denně. (To by mělo být nejlépe prováděno ráno a večer, aby respirační svaly měly čas na zotavení mezi jednotlivými sezeními). Se zvyšující se silou a vytrvalostí respiračních svalů lze posuvník posunout na vyšší hodnotu stupnice pro vyšší úroveň obtížnosti.

Poznámka:

Do přístroje nevydechujte. Pokud se cítíte unavení nebo vyčerpaní, odpočiňte si během cvičení a poté pokračujte.

Pozor!

Přístroj je křehký. Nenechte jej spadnout.

3. Po použití:

Vlnitou trubicí odpojte od přístroje.

Zatlačte vlnitou hadici k sobě a zastrčte ji do držáku na přístroji.

Bezpečnostní opatření a kontraindikace

Zařízení obsahuje aktivní složky, vhodné pro většinu uživatelů a při správném používání by neměly mít žádné škodlivé vedlejší účinky. Věnujte pozornost následujícím opatřením a kontraindikacím, abyste zajistili bezpečné a správné používání přístroje.

Poradte se se svým lékařem, pokud máte jakékoli pochybnosti o vybavení přístroje nebo pokud máte zdravotní potíže.

Bezpečnostní opatření:

1. Bez porady s lékařem nemějte užívání předepsaných léků nebo léčebných programů.
2. Přístroj není určen k diagnostice, léčbě, léčení nebo k prevenci jakékoli nemoci.
3. Přístroj je určen výhradně pro trénink dýchacích svalů. Žádný jiný zamýšlený účel není zamýšlen ani implikován.
4. Při tréninku s přístrojem byste měli při nádechu cítit odpor, ale nemělo by vám to způsobovat žádnou bolest. Pokud pocítíte bolest při používání přístroje, okamžitě jej přestaňte používat a kontaktujte svého lékaře.
5. Někteří uživatelé mohou při tréninku s přístrojem, zejména po nachlazení, zaznamenat mírné problémy s ušima. Důvodem je nedostatečné vyrovnání tlaku mezi dutinou ústní a ušima. Pokud příznaky přetrvávají, kontaktujte svého lékaře.
6. Pokud máte nachlazení, infekci dutin nebo infekci dýchacích cest, nedoporučujeme tento přístroj používat, dokud příznaky nevymizí. V případě pochybností se poradte se svým lékařem.
7. Před použitím tohoto přístroje se obraťte na svého ošetřujícího lékaře, pokud máte jedno z následujících onemocnění:
 - a) Spontánní pneumotorax v anamnéze (zkolabované plíce, která nebyly způsobeny náhodným poraněním, jako je zlomenina žebra), protože stav se může vrátit
 - b) Plicní hypertenze (vysoký tlak v plicích) nebo buly (velké bubliny) na RTG hrudníku (rentgen hrudníku)
 - c) Výrazná osteoporóza s anamnézou zlomenin žeber
 - d) Desaturace kyslíkem během nebo po tréninku respiračních svalů (<94 %)

Kontraindikace:

1. Přístroj nesmí být používán při prasklém ušním bubínku.
2. Aby se zabránilo potencionálnímu přenosu infekce, nesmí být přístroj používán společně s jinými uživateli, ani se členy rodiny.
3. Trénink dýchacích svalů, který se provádí s tímto přístrojem, není doporučen u pacientů s určitým onemocněním, například:
 - a) Pacienti s astmatem s nízkým povědomím o symptomech, kteří trpí častými, těžkými exacerbacemi nebo s neobvykle nízkým vnímáním dušnosti.
 - b) Pacienti s prasklým ušním bubínkem nebo s jiným onemocněním uší.
 - c) Pacienti s významně zvýšeným enddiastolickým objemem levé komory a tlakem.
 - d) Pacienti se zhoršenými známkami a příznaky srdečního selhání po zátěži dýchacích svalů.
 - e) V případě pochybností se obraťte na svého ošetřujícího lékaře.

Význam symbolů na obalu

sklenička ve čtverci – křehké

dvě šipky směřující nahoru ve čtverci – touto stranou nahoru

symbol deštníku – skladujte v suchu

3 šipky ve tvaru trojúhelníku – recyklace

CE – CE

ISO – ISO

přeškrtnutý symbol latexu – bez latexu

přeškrtnutý symbol PHT – bez ftalátů

EC/REP – zástupce v Evropském společenství

symbol přesýpacích hodin – **nečitelné**

černý symbol továrny – výrobce

bílý symbol továrny – datum výroby

LOT – číslo šarže

symbol teploměru – relativní teplota

symbol vody v kruhu – relativní vlhkost vzduchu

panáček s příručkou – respektujte příručku

Čištění a údržba

Níže uvedený postup čištění je třeba pečlivě dodržovat, aby se zachoval výkon přístroje a maximalizovaly se výhody terapie.

Na konci cvičení odpojte vlnitou trubicí a náustek. Vypláchněte je jemným mýdlovým roztokem a poté opláchněte pod tekoucí vodou. Nechte vyschnout na vzduchu.

Přístroj můžete otřít měkkým, bezprašným hadříkem. Přístroj nemyjte.

Tento postup čištění by měl být proveden před prvním použitím a poté podle potřeby.

Pokud nebudete přístroj delší dobu používat, měl by být skladován v originálním balení.

Skladování a životnost přístroje

Přístroj by měl být skladován v dobře větrané místnosti při relativní teplotě -10 °C do 40 °C a při relativní vlhkosti vzduchu od 80 %.

Životnost přístroje je 3 roky při normálním používání a při správném skladování.

Záruka

Na přístroj je poskytována záruka na výrobní vady po dobu 12 měsíců od data nákupu. Pro záruční výměnu je nutné předložit doklad o koupi s uvedením data nákupu. Záruka se nevztahuje na náhodné poškození způsobené uživatelem. Na zákaznický servis se prosím obraťte u svého místního zástupce nebo přímo na středisko péče o zákazníky Kaiyi Care Centre na čísle 0086 752 2039295.

Výrobce

černý symbol továrny

Huizhou Kaiyi Technology Co. Ltd.

78, Xingqian Road 2, Fucing Industrial Zone, Yuanzhou, Huizhou 516123, Guangdong, China

Tel.: 0086 752 2039295 Fax: 0086 752 2039297

