

## **Руководство для пациентов для самостоятельного наблюдения форсированной жизненной емкости в течение 2-х недель ( PEF-seuranta, 2 vk)**

1. Выдох нужно делать всегда стоя, если это возможно.
2. Бегунок или стрелку прибора нужно поставить на отметку "0".

Держите прибор в строго горизонтальном положении и следите, чтобы пальцы не касались стрелки прибора и не закрывали отверстие для вдоха.

3. Сделайте глубокий вдох и поднесите мундштук к губам так, чтобы он находился в ротовой полости между зубов.
4. Плотно сомкните губы вокруг мундштука и выдохните в прибор как можно сильнее, то есть требуется максимально мощный и короткий выдох

Выдохните 3 раза подряд и занесите все результаты в таблицу. Разница между двумя лучшими показателями не должна превышать 20 единиц измерения

Если разница между двумя лучшими показателями всё таки превышает 20 единиц повторите попытку еще раз, но не делайте более пяти попыток подряд !

Наблюдение следует продолжать в течение двух недель

1. Следует делать три выдоха подряд каждое утро сразу после подъема и заносить результаты в таблицу.
2. Принимать бронходилататор ( бронхорасширяющий препарат) согласно рекомендациям.
3. Через 15-30 минут после приема бронхорасширяющего препарата сделайте снова три выдоха и занесите результаты в таблицу.
4. Повторите вечером, например, в 21 час, измерения необходимо делать в одно и тоже время.

Внимание! если из за кашля или затрудненного дыхания Вы принимаете бронхорасширяющий препарат в другое время, делайте дополнительные выдохи (измерения) до и после приёма препарата.

При необходимости свяжитесь с медсестрой по телефону: