Medidor de flujo máximo

TRU ZONE®

Para medir y controlar el flujo espiratorio máximo.

Lea detenidamente las instrucciones antes de usar este dispositivo.

No. de pedido de *TruZone®* PFM: 96510

Este paquete contiene:

1-Medidor de flujo máximo *TruZone®* PFM

1-Las instrucciones para el *TruZone®* PFM y un registro diario

1-Hoja de cintas de *Color Zone®*

Precaución:

La legislación federal (EE.UU.) exige que este dispositivo sea vendido o indicado por un médico u otro profesional de la salud.

Fabricado en EE.UU. por:

monaghan. ISO 13485:2003 SYSTEM REGISTRATION

Monaghan Medical Corporation
5 Latour Ave., Suite 1600
Plattsburgh, NY 12901
Servicio de atención cliente: 1-800-833-9653
www.monaghanmed.com

No. de pieza 96001-06 AW481-04 03/09

INTRODUCCIÓN

El medidor de flujo máximo *TruZone®* ("PFM", por sus siglas en inglés) y la información adjunta cumplen con las normas técnicas más recientes de espirometría para medidores de flujo máximo portátiles establecidas por la Sociedad Torácica Americana (American Thoracic Society). El *TruZone®* PFM satisface las directrices educativas recomendadas por el Programa Nacional de Educación y Prevención del Asma (National Asthma Education and Prevention Program) (NAEPP, por sus siglas en inglés) de los Institutos Nacionales de Salud (National Institutes of Health).

El *TruZone®* PFM es un medidor de flujo máximo de un tamaño que "sirve para todos", lo que significa que tanto niños como adultos pueden usar el mismo modelo. Lo mejor de todo es que usted puede personalizar su *TruZone®* PFM con nuestras zonas de color únicas según lo recomiende su medico dentro de un plan de tratamiento para satisfacer sus necesidades.

Al igual que un termómetro mide la temperatura corporal, el *TruZone®* PFM mide el flujo espiratorio máximo (PEF por sus siglas en inglés). El flujo espiratorio máximo es la velocidad más rápida en la que los pulmones expulsan aire hacia fuera después de respirar hondo. Esta medición es útil para detectar cambios en las vías respiratorias que podrían indicar un empeoramiento de los síntomas o una mejora de la respiración en personas con dificultades respiratorias como asma o enfisema. Use el registro diario según se le indique y comparta esta información con su médico o profesional de la salud licenciado en cada visita.

Los valores normales de flujo espiratorio máximo varían según el sexo, la edad y la estatura. Estos valores son solamente para referencia ya que cada individuo podría tener un mejor valor personal de flujo espiratorio máximo que pudiera ser superior o inferior a la media. Normalmente su mejor valor personal de flujo espiratorio máximo es el valor más alto que hayasu hoja de registro diario en el transcurso de 2 o 3 semanas. Su mejor valor personal de flujo espiratorio máximo es la meta a alcanzar cuando usa su *TruZone®* PFM. Su médico o profesional de la salud licenciado le aconsejará acerca de su mejor valor personal.

Su médico o profesional de la salud licenciado le ha sugerido que use el *TruZone®* PFM porque es importante que midas su flujo espiratorio máximo a diario como parte del control general de su afección respiratoria.

Lea y siga las instrucciones para obtener resultados precisos.

El *TruZone®* PFM ha sido diseñado para personas con afecciones respiratorias que incluyen el asma. Las personas con estas afecciones solamente deben usar el *TruZone®* PFM y las cintas de *Color Zone®* adjuntas en conjunción con un plan de tratamiento bajo la dirección de un médico u otro profesional de la salud licenciado.

Si usted tiene preguntas sobre si su *TruZone®* PFM está funcionando correctamente, o si no comprende completamente las instrucciones de uso, por favor, póngase en contacto con su médico.

Dado que los consejos de su médico o de su profesional de la salud licenciado son importantes, sus instrucciones para el uso de este dispositivo deben seguirse atenta y constantemente. La ayudarán a entender las lecturas y los resultados de su *TruZone®* PFM. Normalmente se mide el flujo espiratorio máximo a las 8 de la mañana y a las 8 de la tarde, pero siempre según lo recomiende un médico o un profesional de la salud licenciado. Para asegurarse de que sigue una técnica adecuada, pregunte a su médico o profesional de la salud licenciado que lo observe mientras usted use el *TruZone®* PFM al principio.

Anote todos sus resultados en el registro diario cada vez que use el *TruZone®* PFM para identificar cambios, tendencias o modelos de sus síntomas respiratorios.

Si experimenta síntomas inusuales, siga las instrucciones que le proporcione su médico o profesional de la salud licenciado y póngase en contacto con ellos inmediatamente sea cual sea su flujo espiratorio máximo.

Debe ponerse en contacto siempre con su médico o profesional de la salud licenciado cuando se produzcan cambios en su flujo espiratorio máximo que indiquen un empeoramiento de su afección.

CÓMO USAR SU *TRUZONE®* PFM

❶ Antes de usar su nuevo *TruZone®* PFM asegúrese de que el indicador amarillo se encuentre en la posición de inicio, en el diamante cerca de la boquilla.

❷ Para reajustarlo, agite suavemente el *TruZone®* PFM en posición vertical hasta que el indicador amarillo esté colocado directamente detrás del diamante de raqueste.

❸ Respire tan hondo como pueda.

❹ Coloque la boquilla del *TruZone®* PFM en la boca y cierre los labios apretándolos.

❺ Sople lo más fuerte y rápido posible.

❻ Repita los pasos 2 a 5 tantas veces como le haya indicado su médico o profesional de la salud licenciado.

❼ Mire el valor en la escala al lado del indicador amarillo. Anote este valor en el espacio proporcionado en su registro diario del *TruZone®* PFM.

! Cuando termine de usar su *TruZone®* PFM, asegúrese de guardarlo en su estuche rígido.

CÓMO USAR SU REGISTRO DIARIO

El registro diario cubre un período de tiempo de 35 días. Escriba su nombre en la línea que se proporciona y empezando con la fecha de hoy, introduzca las fechas de los próximos 35 días en los espacios que se proporcionan en la parte superior del registro.

Bajo cada fecha hay un gráfico para anotar el flujo espiratorio máximo hasta tres veces al día (mañana, tarde y una vez adicional). Este gráfico concuerda con los valores del *TruZone®* PFM. Empiece a introducir los resultados en su registro diario en la columna de la izquierda de la tabla. Todos los resultados subsecuentes deberán entrarse de forma secuencial hacia la derecha.

Una vez que el indicador amarillo indique su flujo espiratorio máximo final, marque con una "X" para anotar la medición bajo la fecha y hora del día apropiados. Usted tiene dos opciones para llenar la tabla con los resultados de su flujo espiratorio máximo:

MÉTODO *TruZone®* PFM: Dado que las escalas son idénticas tanto en su *TruZone®* PFM como en su registro diario, es fácil anotar su flujo espiratorio máximo. Simplemente coloque su *TruZone®* PFM directamente encima del registro diario. Alinee los limites superiores e inferiores de las escalas de flujo espiratorio máximo de su *TruZone®* PFM y del registro diario. Ahora marque con una "X" el punto que marque el indicador amarillo bajo la fecha y hora del día correspondientes.

MÉTODO CONVENCIONAL: Simplemente ubique el punto en el registro diario, bajo la fecha y hora del día, que corresponda con el flujo espiratorio máximo que desee anotar. Marque una "X" en ese punto.

! Mantenga siempre su registro diario actualizado.

LIMPIEZA DE SU *TRUZONE®* PFM

El *TruZone®* PFM solamente necesita limpiarse una vez por semana. Lave el PFM paséndolo suavemente por agua tibia con jabón suave. Enjuague bien con suavidad y deje que se seque al aire antes de la siguiente lectura. No trate de limpiar el interior con un cepillo. También puede limpiar su *TruZone®* PFM de forma segura usando el ciclo normal de su lavavajillas.

PRECAUCIÓN: No desmonte nunca su *TruZone®* PFM ni lo ponga en agua hirviendo.

COMPROBACIÓN DE CALIDAD

Siempre inspeccione visualmente su *TruZone®* PFM por si hay algún daño. Asegúrese que funciona adecuadamente antes de usarlo. Para hacer esto sople ligeramente en el PFM para ver si el indicador se mueve y luego regrese el indicador. No se debe usar un medidor dañado o con problemas.

Nota: El *TruZone®* PFM satisface todos los requisitos de exactitud y precisión que se pueden encontrar durante un uso típico. Al igual que con cualquier monitor de presión o de flujo, puede que el *TruZone®* PFM no sea afectado por variaciones de altitud o temperaturas extremas.** El medidor no se ve afectado de forma significativa por la humedad relativa y debe usarse dentro de una gama de temperatura normal (de 20 a 35 grados Celsius o de 68 a 95 grados Fahrenheit). Todas las mediciones del *TruZone®* PFM han sido validadas en temperatura corporal y presión saturada con vapor de agua (BTPS, por sus siglas en inglés).

** Gardner, RM, et al, Evaluation of Accuracy and Reproducibility of Peak Flow Meter at 1,400m. (Evaluación de la precisión y reproducibilidad de los medidores de flujo máximo a 1.400 m). *Chest.* 1992; 101:948-952.

NORMAS

Su *TruZone®* PFM ha sido diseñado y fabricado para satisfacer las normas más recientes de la Sociedad Torácica Americana (American Thoracic Society) para mediciones de flujo máximo. Estas normas refieren el uso de 26 formas de medir el tiempo de flujo seleccionadas especialmente para evaluar medidores de flujo máximo. La precisión es de ±2% o de 25 l/min., el que sea mayor.

CINTAS OPCIONALES *COLOR ZONE®*

Nuestro sistema de cintas *Color Zone®* facilita el uso de su *TruZone®* PFM. Estas zonas están basadas en un sistema simple de semáforo. Su médico le dará instrucciones acerca de cómo colocar y usar este singular sistema de cintas *Color Zone®*.

Puede que las cintas adjuntas de *Color Zone®* fáciles de pelar le ayuden a definir sus zonas individuales de flujo espiratorio máximo. Saque una cinta multicolor de la hoja recortando por la línea discontinua. Para pegar, saque la parte posterior de la zona verde. Luego, coloque la cinta en medio de la escala del medidor de flujo máximo de manera que las flechas estén bajo la palabra "BEST" (mejor) alineadas con su mejor flujo espiratorio máximo según lo haya confirmado su médico o profesional de la salud licenciado.

Pegue la zona verde en su lugar. Recorte la zona roja justo por encima del diamante de raqueste (véase el dibujo), saque el resto del papel posterior y pegue la cinta en su lugar.

VERDE: 80-100 por ciento de su mejor flujo

AMARILLO SUPERIOR: 65-80 por ciento de su mejor flujo

AMARILLO INFERIOR: 50-65 por ciento de su mejor flujo

ROJO: menos del 50 por ciento de su mejor flujo

Puede que su flujo espiratorio máximo varíe a medida que cambia su afección respiratoria. Puede que el flujo espiratorio máximo varíe a medida que los niños crecen. Por estas razones, se incluyen varias cintas de *Color Zone®* en el paquete. Debe sacarse la cita de *Color Zone®* vieja antes de pegar una nueva. No reemplace una cinta de *Color Zone®* antes de consultarlo con su médico.

GARANTÍA MONAGHAN

El medidor de flujo máximo *TruZone®* viene con un año de garantía a partir de la fecha de compra. Si su medidor de flujo máximo *TruZone®* no funciona adecuadamente durante el periodo de tiempo de la garantía, por favor devuélvalo al punto de venta con una prueba de compra y se le entregará uno nuevo sin cargos. Esta garantía no cubre ningún defecto o daño que sea consecuencia de un mal uso o de una falta de mantenimiento adecuado.

Los derechos de todos estos contenidos están reservados © 1995, 1998, 1999, 2002 Monaghan Medical Corporation.
Todos los derechos reservados.
™ y ® son marcas comerciales y marcas comerciales registradas de Monaghan Medical Corporation o de una empresa afiliada de Monaghan Medical Corporation.
‡ Las marcas comerciales son marcas comerciales de las compañías respectivas.
Patente en EE.UU. No. 5,827,324. Patentes expedidas en el extranjero y en trámite.

PREDICCIÓN DE MEDIAS DE FLUJO ESPIRATORIO MÁXIMO *(litros por minuto)*

Media normal para hombres*

Edad (años)	(pulg.) cm	ESTATURA 60" 152	65" 165	70" 178	75" 191	80" 203
20		554	575	594	611	626
25		580	603	622	640	656
30		594	617	637	655	672
35		599	622	641	659	677
40		597	620	641	659	675
45		591	613	633	651	668
50		580	602	622	640	656
55		566	588	608	625	640
60		551	572	591	607	622
65		533	554	572	588	603
70		515	535	552	568	582
75		496	515	532	547	560

Media normal para mujeres*

Edad (años)	(pulg.) cm	ESTATURA 55" 140	60" 152	65" 165	70" 178	75" 191
20		444	460	474	486	497
25		455	471	485	497	509
30		458	475	489	502	513
35		458	474	488	501	512
40		453	469	483	496	507
45		446	462	476	488	499
50		437	453	466	478	489
55		427	442	455	467	477
60		415	430	443	454	464
65		403	417	430	441	451
70		390	404	416	427	436
75		377	391	402	413	422

*Nunn, AJ, Gregg I. *Br Med J* 1989; 298:1068-70.

Media normal para niños y adolescentes*

Estatura (pulg.)	(cm)	Niños y niñas	Estatura (pulg.)	(cm)	Niños y niñas
43"	109	147	**55"**	140	307
44"	112	160	**56"**	142	320
45"	114	173	**57"**	145	334
46"	117	187	**58"**	147	347
47"	119	200	**59"**	150	360
48"	122	214	**60"**	152	373
49"	124	227	**61"**	155	387
50"	127	240	**62"**	157	400
51"	130	254	**63"**	160	413
52"	132	267	**64"**	163	427
53"	135	280	**65"**	165	440
54"	137	293	**66"**	168	454

** Polgar G, Promadhat V. *Pulmonary Function Testing in Children: Techniques and Standards.* (Pruebas de las funciones pulmonares en niños: técnicas y estándares). ** Philadelphia, W.B. Saunders Company, 1971.

REGISTRO DIARIO • REGISTRO DIARIO • REGISTRO DIARIO • REGISTRO DIARIO • REGISTRO DIARIO • REGISTRO DIARIO • REGISTRO DIARIO • REGISTRO DIARIO • REGISTRO DIARIO • REGISTRO DIARIO

Medidor de flujo máximo

TRU ZONE®

REGISTRO DIARIO DE:

NOTA: Su registro diario es idéntico a la escala en su TruZone® PFM.

| FECHA | | |