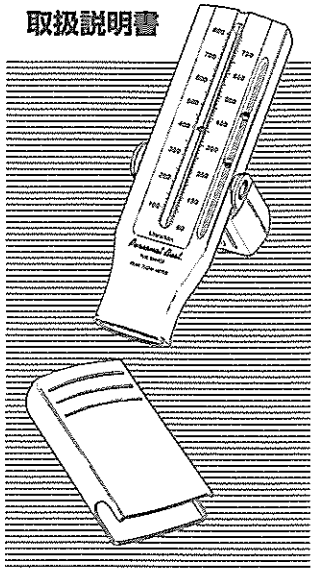


# Personal Best.

**パーソナルベスト  
ピークフローメータ**  
喘息マネージメント  
ゾーンシステム  
フルレンジ (60~810L/min)

## 取扱説明書



- 喘息患者のピークフロー計測に使用します。
  - 1人の患者専用としてください。
- 注意：医師の指導の下でご使用ください

## はじめに

パーソナルベストは肺機能を確認するのに重要なピークフロー値を計測する装置です。パーソナルベストは喘息状況下での呼吸のモニタに適しています。

パーソナルベストを使用するには、医師による治療計画に応じたカラーゾーンの設定が必要です。

パーソナルベストに息を吹き込むと、空気圧が内部のピストンを押し上げます。それに応じて針も上昇し、その針の指し示す箇所がピークフロー値です。

喘息のモニタとして使用する際には、医師の指導の下に行ってください。パーソナルベストを正しく使用することにより、患者の状態に合わせた最良の治療法の手助けとなります。

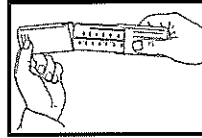
毎日の計測は、わずかな肺機能の変化を自覚症状が現れる前に発見するのに役立ちます。

ピークフロー値の正しい計測方法と記録方法を医師と確認し、毎日記録していきます。その記録値から、医師は治療方法を決定します。

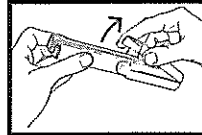
## 使用方法

以下の説明に従ってください。

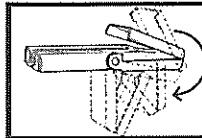
1. キャップを引き抜きます。



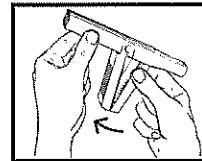
2. 収納状態のハンドルの上側を開きます。



3. 図のようにハンドル部分をマウスピースの下側に回転させます。

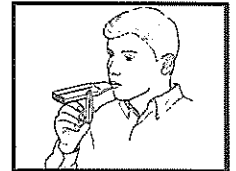


4. パチンと音がするまでそのまま折り曲げると、ハンドルが形成されます。ピークフローを測定するときは、このハンドルを持ちます。



5. 赤い針が一番下（マウスピース寄り）になっているか確認します。下がない場合は指で動かして一番下にセットします。

6. 立った状態で、できる限り深く息を吸いこみます。マウスピースを唇で空気が漏れないように密閉します。



7. 強く息を吐きます。針は上側に動きます。針の指し示す所がピークフロー値です。

8. 測定を繰り返す場合には、針を一番下の位置まで戻してから、6、7の操作を行ってください。

9. 3回測定し、そのうちの最高値をピークフロー日記に記録します。

10. 収納するには、ハンドルを開いてマウスピースの上側に回して閉めた後、キャップを被せます

PHILIPS  
RESPIRONICS

1

2

## パーソナルベストのメンテナンス

### 日常のメンテナンス

パーソナルベストは日常のメンテナンスを行うことにより、正常な計測が保証されます。食べかす等の異物が入り込んでいないか確認してください。針とピストン部がスムーズに動くようにしてください。針はスケール上を移動したら、その場でとどまらなくてはなりません。破損したパーソナルベストは使用しないでください。

### 洗浄

週一回は洗浄を行ってください。手洗いの場合は、中性洗剤を入れた温水で洗浄します。その後は十分にすすぎ、次回使用前には完全に乾かしておいてください。食器洗い機を使用する場合は、一番上のラックを使用してください。煮沸およびオートクレーブ滅菌はしないでください。

### パーソナルベスト仕様

パーソナルベストは、米国胸部学会 (ATS) によるスパイロメトリー基準 (1994年策定) に基づく、米国喘息教育予防プログラム (NAEP) のピークフローメータ指針に適合しています。

精度・・・ +/-10% または20L/min  
再現性・・・ ≤5% または10L/min  
装置間誤差・・・ ≤10% または20L/min

### 注意

ピークフロー値の把握は非常に重要です。ピークフロー値が変化したり、ピークフロー値にかかわらず喘息の症状にお悩みの場合は、すぐに医師に相談してください。

## 使用者 (患者) の方へ

パーソナルベストは喘息治療をサポートする装置です。喘息発作がない日の最良ピークフロー値を元に、医師はゾーンを決定します。ピークフローメータに息を吹き込むと、針がピークフロー値を指し示し、その値は3つのいずれかのゾーンに該当することになります。

### 緑ゾーン (最良ピークフロー値の80~100%)

→ 正常：日常生活や睡眠に支障はなく、喘息症状もほとんどない状態。

### 黄ゾーン (最良ピークフロー値の50~80%)

→ 注意：喘息症状が認められる状態。

### 赤ゾーン (最良ピークフロー値の50%以下)

→ 警告：安静時にも喘息症状があり、日常生活に支障をきたす状態。

針が緑ゾーンに常にとどまり、万が一黄ゾーンになったとしても赤ゾーンには決して落ち込まない段階になって、治療は終了することになります。

3

## 医師の方へ

パーソナルベストはNAEP推奨の治療ガイドラインに基づき、喘息の3つの区域 (ゾーン) に計測値を分けています。左側に色分けされた指標があり、患者に合わせて緑、黄、赤に領域を分けることができます (指標は不注意に動かさないようになっています)。

4つのゾーンに区切りたい場合は、黄ゾーンを高位側と低位側に分けて、それにより治療方法を変えます。

ゾーンは、喘息症状がない日の最良ピークフロー値に基づき決定されます。ゾーンは患者個人の生理状態と呼吸ピークフローパターンにより調整します。緑ゾーンが患者の最良ピークフロー値の80~100%、黄が50~80%、赤を50%以下と定義する場合、緑/黄の指標をフロー値の80%の位置に、黄/赤の指標を50%の位置にセットします。

注意：煮沸およびオートクレーブ滅菌はしないでください。

製造販売業者

フィリップス・レスピロニクス合同会社

〒331-0812 埼玉県さいたま市北区宮原町1-825-1

本社 〒101-0048 東京都千代田区神田司町2-6

www.philips-respironics.jp

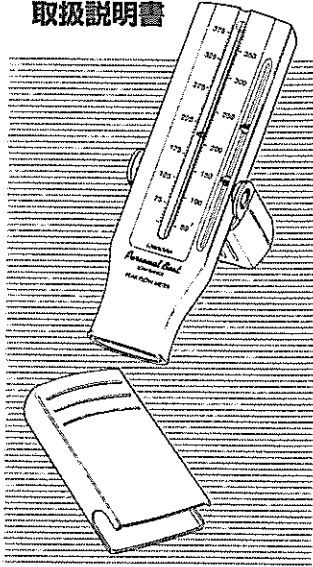
4

1027281  
10/01/01

# Personal Best.

**パーソナルベスト  
ピークフローメータ**  
喘息マネージメント  
ゾーンシステム  
レンジ (50~390L/min)

## 取扱説明書



■ 喘息患者のピークフロー計測に使用します。

■ 1人の患者専用としてください。

注意：医師の指導の下で使用ください

## はじめに

パーソナルベストは肺機能を確認するのに重要なピークフロー値を計測する装置です。パーソナルベストは喘息状況下での呼吸のモニタに適しています。

パーソナルベストを使用するには、医師による治療計画に応じたカラーゾーンの設定が必要です。

パーソナルベストに息を吹き込むと、空気が内部のピストンを押し上げます。それに伴って針も上昇し、その針の指し示す箇所がピークフロー値です。

喘息のモニタとして使用する際には、医師の指導の下に行ってください。パーソナルベストを正しく使用することにより、患者の状態に合わせた最良の治療法の手助けとなります。

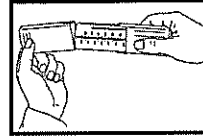
毎日の計測は、わずかな肺機能の変化を自覚症状が現れる前に発見するのに役立ちます。

ピークフロー値の正しい計測方法と記録方法を医師と確認し、毎日記録していきます。その記録値から、医師は治療方法を決定します。

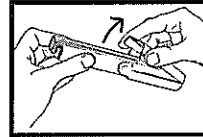
## 使用方法

以下の説明に従ってください。

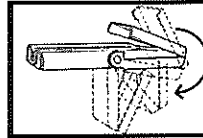
1. キャップを引き抜きます。



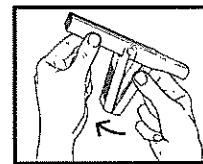
2. 収納状態のハンドルの上側を開きます。



3. 図のようにハンドル部分をマウスピースの下側に回転させます。

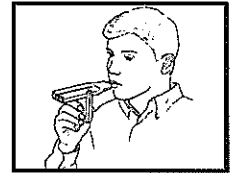


4. パチンと音がするまでそのまま折り曲げると、ハンドルが形成されます。ピークフローを測定するときは、このハンドルを持ちます。



5. 赤い針が一番下（マウスピース寄り）になっているか確認します。下がない場合は指で動かして一番下にセットします。

6. 立った状態で、できる限り深く息を吸いこみます。マウスピースを唇で空気が漏れないように密閉します。



7. 強く息を吐きます。針は上側に動きません。針の指し示す所がピークフロー値です。

8. 測定を繰り返す場合には、針を一番下の位置まで戻してから、6、7の操作を行ってください。

9. 3回測定し、そのうちの最高値をピークフロー日記に記録します。

10. 収納するには、ハンドルを開いてマウスピースの上側に回して閉めた後、キャップを被せます。

**PHILIPS**  
**RESPIRONICS**

1

2

## パーソナルベストのメンテナンス

### 日常のメンテナンス

パーソナルベストは日常のメンテナンスを行うことにより、正常な計測が保証されます。食べかす等の異物が入り込んでいないか確認してください。針とピストン部がスムーズに動くようにしてください。針はスケール上を移動したら、その場でとどまらなくてはなりません。破損したパーソナルベストは使用しないでください。

### 洗浄

週一回は洗浄を行ってください。手洗いの場合は、中性洗剤を入れた温水で洗浄します。その後は十分にすすぎ、次回使用前には完全に乾かしておいてください。食器洗い機を使用する場合は、一番上のラックを使用してください。煮沸およびオートクレーブ滅菌はしないでください。

### パーソナルベスト仕様

パーソナルベストは、米国胸郭学会 (ATS) によるスパイロメトリー基準 (1994年策定) に基づく、米国喘息教育予防プログラム (NAEP) のピークフローメータ指針に適合しています。

精度・・・・・・ +/-10% または20L/min

再現性・・・・・・ ≤5% または10L/min

装置間誤差・・・・・・ ≤10% または20L/min

### 注意

ピークフロー値の把握は非常に重要です。ピークフロー値が変化したり、ピークフロー値にかかわらず喘息の症状にお悩みの場合は、すぐに医師に相談してください。

## 使用者 (患者) の方へ

パーソナルベストは喘息治療をサポートする装置です。喘息発作がない日の最良ピークフロー値を元に、医師はゾーンを決定します。ピークフローメータに息を吹き込むと、針がピークフロー値を指し示し、その値は3つのいずれかのゾーンに該当することになります。

**緑ゾーン (最良ピークフロー値の80~100%)**

→ 正常 : 日常生活や睡眠に支障はなく、喘息症状もほとんどない状態。

**黄ゾーン (最良ピークフロー値の50~80%)**

→ 注意 : 喘息症状が認められる状態。

**赤ゾーン (最良ピークフロー値の50%以下)**

→ 警告 : 安静時にも喘息症状があり、日常生活に支障をきたす状態。

針が緑ゾーンに常にとどまり、万が一黄ゾーンになったとしても赤ゾーンには決して落ち込まない段階になって、治療は終了することになります。

3

## 医師の方へ

パーソナルベストはNAEP推奨の治療ガイドラインに基づき、喘息の3つの区域 (ゾーン) に計測値を分けています。左側に色分けされた指標があり、患者に合わせて緑、黄、赤に領域を分けることができます (指標は不注意に動かさないようになっています)。

4つのゾーンに区切りたい場合は、黄ゾーンを高位側と低位側に分けて、それにより治療方法を変えます。

ゾーンは、喘息症状のない日の最良ピークフロー値に基づき決定されます。ゾーンは患者個人の生理状態と呼吸ピークフローパターンにより調整します。緑ゾーンが患者の最良ピークフロー値の80~100%、黄が50~80%、赤を50%以下と定義する場合、緑/黄の指標をフロー値の80%の位置に、黄/赤の指標を50%の位置にセットします。

注意：煮沸およびオートクレーブ滅菌はしないでください。

製造販売業者

**フィリップス・レスピロニクス合同会社**

〒331-0812 埼玉県さいたま市北区宮原町1-825-1

本社 〒101-0048 東京都千代田区神田司町2-6

www.philips-respironics.jp

4

1027312  
10/01/01