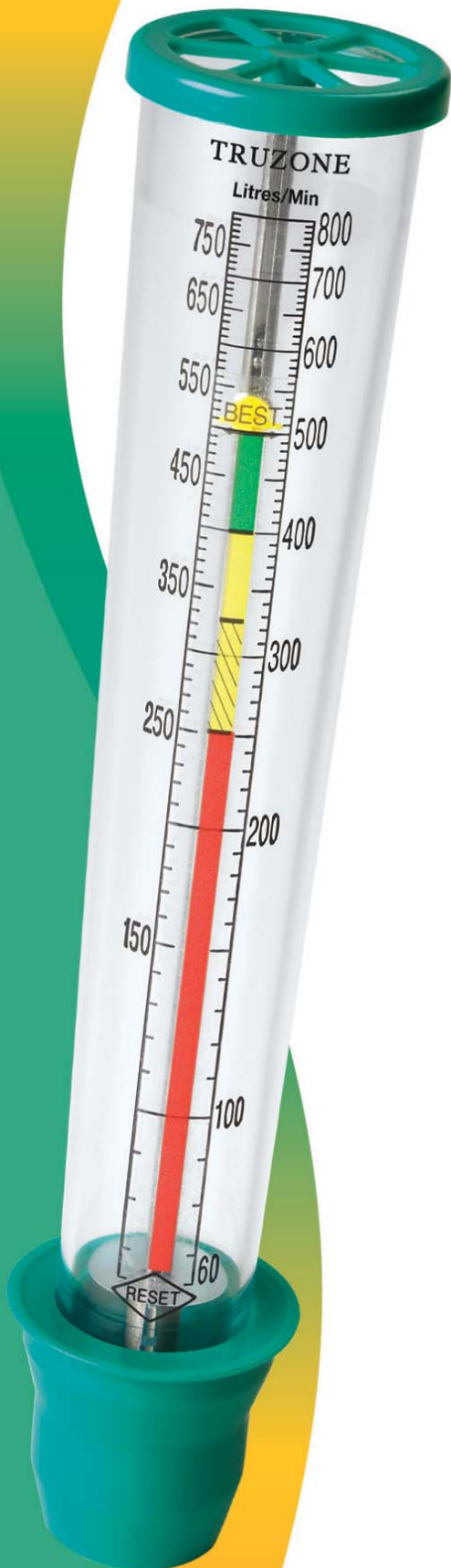


TRU ZONE*

PEAK FLOW METER
DÉBITMÈTRE POUR DÉBIT DE POINTE
MEDIDOR DE FLUJO PICO



Instructions / Daily Record / **ColorZone*** Tapes

⚠ Please read the instructions carefully before using.
Your **TruZone*** PFM has been designed for single patient use only.

Instructions / Relevé Quotidien / Bandes **ColorZone***

⚠ Lisez les instructions attentivement avant d'utiliser le débitmètre.
Votre DDP **TruZone*** est un appareil pour patient unique.

Instrucciones / Registro Diario / Cintas **ColorZone***

⚠ Por favor, lea cuidadosamente las instrucciones antes de usar.
Su **TruZone*** PFM ha sido diseñado para ser utilizado por un solo paciente.

NEW! NOUVEAU!

AeroChamber Plus Flow-Vu*

Anti-Static Valved Holding Chamber
Chambre de Retenue Valvée Antistatique

- Innovative **Flow-Vu*** Indicator helps provide assurance of correct use
- Compact design for people on the go
- Indicateur innovant **Flow-Vu*** qui aide à assurer une utilisation adéquate
- Conception compacte pour les gens actifs



0 – 18
months /
mois



1 – 5
years /
ans



5 +
years /
ans



5 +
years /
ans



5 +
years /
ans



5 +
years /
ans



www.aerochamber.com

INTRODUCTION

TruZone* Peak Flow Meter (PFM) and its accompanying literature meet the most recent technical Standards of Spirometry for portable peak flow meters established by the American Thoracic Society. The **TruZone*** PFM meets the educational guidelines recommended by the National Asthma Educational Prevention Program (NAEPP) of the National Institutes of Health.

TruZone* PFM is a “one size fits all” peak flow meter, meaning that one model can be used by either children or adults. Best of all, you can personalize **TruZone*** PFM with our unique color zones as recommended by your physician within a treatment plan to meet your needs.

Just as a thermometer measures body temperature, **TruZone*** PFM measures the Peak Expiratory Flow (PEF). PEF is the fastest speed at which air is forced out from the lungs after taking a deep breath. This measurement is useful in detecting changes in airways that could signal a worsening of symptoms or an improvement in breathing function for people with respiratory conditions such as asthma or emphysema. Use the Daily Record as instructed and share this information with your physician or licensed healthcare professional at each visit.

Normal PEF numbers vary based on gender, age and height. These numbers are for reference only since each individual could have a personal best PEF number that may be higher or lower than the average. Your personal best PEF number is usually the highest PEF number that you have recorded on your Daily Record sheet over 2-3 weeks. Your personal best PEF number is your goal to reach when you use your **TruZone*** PFM. Your physician or licensed healthcare professional will advise you regarding your personal best.

Your physician or licensed healthcare professional has suggested that you use **TruZone*** PFM because it is important to measure your PEF daily as part of the overall management of your respiratory condition.

Read and follow the instructions to obtain accurate results.

The **TruZone*** PFM is intended for persons with respiratory conditions including asthma. Persons with these conditions should only use the **TruZone*** PFM and the enclosed **ColorZone*** tapes in conjunction with a treatment plan under the direction of a physician or other licensed practitioner.

If you have questions about whether **TruZone*** PFM is working correctly, or you do not fully understand the user instructions, please contact your physician.

Because your physician’s or licensed healthcare professional’s advice is important, their instructions for use must be followed carefully and consistently. They will help you understand the readings and results from your **TruZone*** PFM. The PEF is normally measured at 8 A.M. and 8 P.M., but always as recommended by a physician or licensed

healthcare professional. To insure proper technique, ask your physician or licensed healthcare professional to watch you use the **TruZone*** PFM initially.

Record your results in the Daily Record each time you use **TruZone*** PFM to identify changes, trends or patterns in your respiratory symptoms.

If you experience unusual symptoms, follow the instructions provided by your physician or licensed healthcare professional and/or contact them immediately regardless of your PEF.

Your physician or licensed healthcare professional should always be contacted when changes in your PEF indicate a worsening of your condition.

HOW TO USE YOUR **TRUZONE*** PFM

1. Prior to using your new **TruZone*** PFM make sure the yellow indicator has been reset, resting within the diamond near the mouthpiece.
2. To reset, gently shake the **TruZone*** PFM vertically until the yellow indicator is positioned directly behind the reset diamond.
3. Take as deep a breath as possible.
4. Put the **TruZone*** PFM mouthpiece into your mouth – seal your lips.
5. Blow out as hard and as fast as possible.
6. Repeat steps 2 through 5 as many times as instructed by your physician or health care professional.
7. Look at the number on the scale beside the yellow indicator.
Record this number in the space provided in your **TruZone*** PFM Daily Record.



! When you finish using your **TruZone*** PFM, be sure to store it in its original package.

HOW TO USE YOUR DAILY RECORD

The Daily Record covers a period of 35 days. Write your name on the line provided and starting with today's date, enter the dates of the next 35 days across the top of the record, in the spaces provided.

Under each date is a graph for charting PEF up to three times a day (AM, PM and one additional). This graph matches the numbers on the **TruZone*** PFM. Begin entering results in your Daily Record in the left hand column of the chart. All subsequent results should be entered sequentially to the right.

Once the yellow indicator comes to rest at your final PEF, make an "X" to record the measurement under the appropriate Date and Time heading. You have a choice of two methods when charting your peak expiratory flow results:

TruZone* PFM METHOD: Because the scales on both your **TruZone*** PFM and Daily Record are identical, it is easy to record your PEF. Simply lay your **TruZone*** PFM directly onto the Daily Record. Align the upper and lower limits of the PEF scales of both your **TruZone*** PFM and Daily Record. Now mark with an "X" below the corresponding Date and Time entry—the point where the yellow indicator rests.

Conventional Method: Simply locate the point on the Daily Record, below the Date and Time, that corresponds to the PEF you wish to record. Mark an "X" at that point.

! Always keep your Daily Record up-to-date. Additional copies of the Daily Record can be obtained by visiting www.truzone.ca

CLEANING YOUR **TRUZONE*** PFM

Your **TruZone*** PFM need only be cleaned once a week. Wash the PFM by moving gently through warm, mild, soapy water. Rinse gently and thoroughly and allow it to air dry before your next reading. Do not try to clean the inside with a brush. You can also safely clean **TruZone*** PFM using the normal cycle of your dishwasher.

CAUTION: Never disassemble your **TruZone*** PFM or place it in boiling water.

QUALITY CHECK

Always visually inspect your **TruZone*** PFM for damage. Make sure it is working properly before using. This can be done by lightly blowing into the PFM to see if the indicator moves, then resetting the indicator. A damaged or problem meter should not be used.

Note: The **TruZone*** PFM meets all accuracy and precision requirements that may be encountered under typical use. As with any pressure/flow rate monitor, the **TruZone*** PFM may be affected by extreme altitude variations or temperatures.** The meter is not significantly affected by relative humidity and should be used within a normal temperature range (20 to 35 degrees Celsius/68 to 95 degrees Fahrenheit). All measurements of the **TruZone*** PFM have been validated at Body Temperature and Pressure Saturated with water vapors (BTPS).

** Gardner, RM, et al. *Evaluation of Accuracy and Reproducibility of Peak Flow Meter at 1,400m*. Chest, 1992; 101:948-952.

STANDARDS

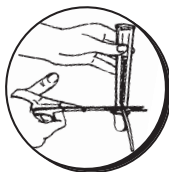
Your **TruZone*** PFM is designed and manufactured to meet the most recent American Thoracic Society Standards for peak flow measurements. These standards reflect the use of 26 flow-time waveforms specifically selected to evaluate peak flow meters. Accuracy is $\pm 12\%$ or 25 l/m, whichever is greater.

OPTIONAL **ColorZone*** TAPE

Our **ColorZone*** Tape system makes the use of your **TruZone*** PFM easy. These zones are based on a simple traffic light system. Your physician will instruct you on the placement and use of this unique **ColorZone*** Tape system.

ColorZone* crack-and-peel Tapes are enclosed that may help to define your individual PEF zones. Remove one piece of multicolored tape from the sheet by cutting along the dotted lines. To apply, peel the backing from the green zone. Then place the tape in the middle of the scale of the PFM so that the arrows below the word BEST line up with your best PEF as confirmed by your physician or licensed healthcare professional.

Press the green zone into place. Cut the red zone just above the reset diamond (see illustration), peel off the remaining backing and press into place.



GREEN:	80-100 percent of personal best
HIGH YELLOW:	65-80 percent of personal best
LOW YELLOW:	50-65 percent of personal best
RED:	below 50 percent of personal best

PEF may vary as your respiratory condition changes, PEF may also change as children grow. For these reasons, several **ColorZone*** Tapes are included with this packet. Used **ColorZone*** Tapes must be removed before a new one is applied. Do not replace **ColorZone*** Tapes before consulting with your physician.

INTRODUCTION

Le débitmètre pour débit de pointe (DDP) **TruZone*** et sa documentation connexe répondent aux plus récentes normes techniques de l'American Thoracic Society régissant la spirométrie pour les débitmètres de pointe portables. Le DDP **TruZone*** est conforme aux principes directeurs d'éducation recommandés par le National Asthma Educational Prevention Program (NAEPP) du National Institutes of Health.

Le DDP **TruZone*** est un débitmètre pour débit de pointe à taille unique qui convient aux enfants autant qu'aux adultes. Mieux encore, vous pouvez personnaliser le DDP **TruZone*** avec nos zones de couleur uniques selon les recommandations de votre médecin à l'intérieur d'un plan d'action adapté à votre situation.

Tout comme un thermomètre mesure la température du corps, le DDP **TruZone*** mesure le débit expiratoire de pointe (DEP). Le DEP est la vitesse maximale de sortie de l'air contenu dans les poumons après une profonde inspiration. Cette mesure est utile lorsqu'il s'agit de déceler les changements au niveau des voies respiratoires qui indiquent une aggravation des symptômes ou une amélioration de la fonction respiratoire chez les personnes atteintes d'asthme ou d'emphysème. Utilisez le relevé quotidien selon les instructions et partagez cette information avec votre médecin ou professionnel de la santé autorisé à chacune de vos visites.

Les valeurs normales du DEP varient selon le sexe, l'âge et la taille du sujet. Ces valeurs ne sont fournies qu'à titre de référence, car chaque personne peut avoir un débit de pointe supérieur ou inférieur à la moyenne. Votre meilleure mesure du DEP correspond habituellement au DEP maximum enregistré sur votre relevé quotidien pendant deux à trois semaines. Votre meilleure mesure du DEP représente l'objectif à atteindre lorsque vous utilisez votre DDP **TruZone***. Votre médecin ou professionnel de la santé autorisé vous aidera à définir cet objectif.

Votre médecin ou professionnel de la santé autorisé vous a suggéré d'utiliser le DDP **TruZone*** parce qu'il importe de mesurer votre DEP tous les jours pour la gestion globale de votre fonction respiratoire.

Lisez et suivez les instructions afin d'obtenir des résultats précis.

Le DDP **TruZone*** est conçu pour les personnes qui sont atteintes de troubles respiratoires, y compris l'asthme. Ces personnes devraient utiliser le DDP **TruZone*** et les bandes **ColorZone*** conjointement avec un programme de traitement dirigé par un médecin ou un autre praticien autorisé.

Pour toute question concernant le bon fonctionnement ou les instructions du DDP **TruZone***, veuillez communiquer avec votre médecin.

Les recommandations de votre médecin ou professionnel de la santé autorisé sont importantes; vous devez donc suivre leurs instructions avec soin et constance. Ces instructions vous aideront à comprendre les lectures et les résultats indiqués sur votre DDP **TruZone***.

Le DEP se mesure habituellement à 8 h et 20 h, mais toujours selon les recommandations d'un médecin ou d'un professionnel de la santé autorisé. Pour vous assurer d'utiliser la bonne technique, demandez à votre médecin ou à un professionnel de la santé autorisé de vous observer lorsque vous utilisez le DDP **TruZone*** pour la première fois.

Inscrivez les résultats sur le relevé quotidien chaque fois que vous utilisez le DDP **TruZone*** afin de déterminer les changements, tendances ou modèles de vos symptômes respiratoires.

Si vous présentez des symptômes inhabituels, suivez les instructions de votre médecin ou du professionnel de la santé autorisé et/ou communiquez avec eux immédiatement, peu importe votre DEP.

Vous devriez toujours communiquer avec votre médecin ou un professionnel de la santé autorisé lorsque des changements dans votre DEP indiquent une détérioration de votre état.

COMMENT UTILISER VOTRE DDP **TRUZONE***

1. Avant d'utiliser votre nouveau DDP **TruZone***, assurez-vous que l'indicateur jaune est à zéro, c'est-à-dire dans le losange près de l'embout buccal.
2. Pour la remise à zéro, tenez le DDP **TruZone*** à la verticale et agitez-le doucement jusqu'à ce que l'indicateur jaune soit placé juste derrière le losange « RESET ».
3. Prenez une inspiration aussi profonde que possible.
4. Insérez l'embout buccal du DDP **TruZone*** dans votre bouche – en pinçant les lèvres autour.
5. Expirez aussi rapidement et fort que possible.
6. Répétez les étapes 2 à 5 autant de fois que précisé par votre médecin ou le professionnel de la santé autorisé.
7. Notez le chiffre indiqué sur l'échelle en regard de l'indicateur jaune. Inscrivez ce chiffre dans l'espace prévu sur le relevé quotidien du DDP **TruZone***.



! Lorsque vous avez fini d'utiliser votre DDP **TruZone***, assurez-vous de le ranger dans son emballage d'origine.

COMMENT UTILISER VOTRE RELEVÉ QUOTIDIEN

Le relevé quotidien couvre une période de 35 jours. Inscrivez votre nom à la ligne prévue à cet effet et, en commençant par la date du jour, entrez les dates des 35 jours suivants dans les espaces appropriés dans la partie supérieure du relevé.

Sous chacune des dates se trouve un diagramme pour tracer votre courbe de DEP en utilisant jusqu'à trois mesures par jour (matin, après-midi et une autre mesure supplémentaire). Ce diagramme correspond aux chiffres sur le DDP **TruZone***.

Commencez par inscrire les résultats sur votre relevé quotidien dans la colonne de gauche du tableau. Tous les résultats ultérieurs devraient être consignés en ordre à droite.

Dès que l'indicateur jaune s'immobilise au moment de votre DEP final, inscrivez un « X » sous la date et l'heure appropriées pour noter la mesure. Il existe deux méthodes pour tracer les résultats de votre débit expiratoire de pointe :

MÉTHODE DDP *TruZone*^{*} : Comme les échelles sur votre DDP *TruZone*^{*} et le relevé quotidien sont identiques, il est facile de consigner votre DEP. Vous n'avez qu'à poser votre DDP *TruZone*^{*} directement sur le relevé quotidien. Alignez les limites supérieure et inférieure de l'échelle de DEP de votre DDP *TruZone*^{*} sur celles du relevé quotidien. Marquez un « X » sous la date et l'heure correspondantes - le point où l'indicateur jaune s'est immobilisé.

Méthode conventionnelle : Sous l'en-tête de la date et de l'heure du relevé quotidien, repérez simplement le point qui correspond au DEP à consigner, puis inscrivez-y un « X ».

! Assurez-vous de tenir à jour votre relevé quotidien. Vous pouvez vous procurer d'autres copies de relevé quotidien à l'adresse www.truzone.ca

NETTOYAGE DE VOTRE DDP *TRUZONE*^{*}

Votre DDP *TruZone*^{*} ne doit être nettoyé qu'une seule fois par semaine. Lavez le DDP en l'agitant doucement dans une solution d'eau tiède et de savon doux. Rincez-le en douceur et à fond, puis laissez-le sécher à l'air libre avant la prochaine lecture. N'essayez pas de nettoyer l'intérieur à l'aide d'une brosse. Vous pouvez également nettoyer votre DDP *TruZone*^{*} sans danger au lave-vaisselle au cycle normal.

ATTENTION : Ne démontez jamais votre DDP *TruZone*^{*} et ne le placez jamais dans de l'eau bouillante.

CONTRÔLE DE LA QUALITÉ

Examinez toujours votre DDP *TruZone*^{*} à la recherche de signes de dommage. Assurez-vous qu'il fonctionne bien avant de l'utiliser. Pour vérifier son fonctionnement, soufflez doucement dans le DDP pour voir si l'indicateur monte et revient à zéro. N'utilisez jamais un appareil endommagé ou défectueux.

Remarque : Le DDP *TruZone*^{*} répond à toutes les exigences de précision et d'exactitude possibles dans des conditions normales d'utilisation. Comme tout appareil de mesure de pression ou de débit, le DDP *TruZone*^{*} peut être altéré par des variations extrêmes d'altitude ou de température.** L'appareil n'est pas particulièrement sensible à l'humidité relative et devrait être utilisé dans une plage de température normale (20 à 35 °C ou 68 à 95 °F). Tous les volumes du DDP *TruZone*^{*} ont été validés à la pression et à la température corporelles et saturés de vapeur d'eau (BTPS).

** Gardner, RM, et al. *Evaluation of Accuracy and Reproducibility of Peak Flow Meter at 1,400m*. Chest, 1992; 101:948-952.

NORMES

Votre DDP **TruZone*** est conçu et fabriqué de façon à répondre aux plus récentes normes de l'American Thoracic Society pour les mesures de débit de pointe. Ces normes reflètent l'utilisation de 26 formes d'ondes débit-heure spécialement sélectionnées pour l'évaluation des débitmètres de pointe. La précision est de $\pm 12\%$ ou 25 L/m, selon la valeur la plus grande.

BANDE **ColorZone*** FACULTATIVE

Notre système de bandes **ColorZone*** facilite l'utilisation de votre DDP **TruZone***. Ces zones reposent sur le principe d'un système de feux de circulation. Votre médecin vous guidera pour la mise en place et l'utilisation de ce système unique de bandes **ColorZone***.

Les bandes **ColorZone*** à détacher sont fournies pour vous aider à définir vos propres zones de DEP. Retirez un bout de bande multicolore de la feuille en découpant le long de la ligne pointillée. Pour l'application, détachez l'endos de la zone verte. Placez ensuite la bande au milieu de l'échelle du DDP de façon à ce que les flèches sous le mot BEST s'alignent sur votre DEP maximum, tel que confirmé par votre médecin ou le professionnel de la santé autorisé.

Appuyez sur la zone verte pour la mettre en place. Découpez la zone rouge juste au-dessus du losange RESET (reportez-vous à l'illustration), détachez l'endos et collez la bande en place.

VERTE : valeur supérieure à 80 % de votre mesure maximale

PARTIE SUPÉRIEURE JAUNE : valeur entre 65 et 80 % de votre mesure maximale

PARTIE INFÉRIEURE JAUNE : valeur entre 50 et 65 % de votre mesure maximale

ROUGE : valeur inférieure à 50 % de votre mesure maximale

Le DEP peut varier selon l'évolution de votre état respiratoire, et en fonction de la croissance d'un enfant. C'est pourquoi cet emballage comprend plusieurs bandes **ColorZone***. Vous devez retirer les bandes **ColorZone*** usagées avant d'en appliquer une nouvelle. Ne remplacez pas la bande **ColorZone*** avant d'avoir consulté votre médecin.



INTRODUCCIÓN

El Medidor de flujo pico ("PFM", por sus siglas en inglés) **TruZone*** y la documentación que lo acompaña cumplen con las más recientes normas técnicas de espirometría para medidores de flujo pico portátiles establecidas por la Sociedad Estadounidense del Tórax (American Thoracic Society). El PFM **TruZone*** cumple con las pautas educativas recomendadas por el Programa Educativo Nacional de Prevención del Asma (National Asthma Educational Prevention Program o NAEPP) de los Institutos Nacionales de la Salud (National Institutes of Health).

El PFM **TruZone*** es un medidor de flujo pico "de talla única", lo que significa que el mismo modelo puede ser utilizado tanto por niños como por adultos. Mejor aún, usted puede personalizar su PFM **TruZone*** con nuestras zonas de color únicas según se lo recomiende su médico, según un plan de tratamiento adecuado a sus necesidades.

De la misma manera en que un termómetro mide la temperatura corporal, el PFM **TruZone*** mide el Flujo Espiratorio Pico (PEF). El PEF es la velocidad máxima en que el aire es expulsado de los pulmones después de respirar hondo. Esta medición es útil a la hora de detectar cambios en las vías respiratorias que podrían señalar un empeoramiento de los síntomas o una mejora en la función respiratoria para personas con problemas respiratorios, tales como asma o enfisema. Utilice el Registro diario según las instrucciones y comparta esta información con su médico o profesional de la salud en cada visita.

Los números PEF normales varían de acuerdo con el sexo, la edad y la altura. Estos números sirven sólo como referencia, ya que cada individuo podría tener un mejor número PEF personal que puede estar por encima o por debajo del promedio. Su mejor número PEF personal es, por lo general, el número PEF personal más alto que haya registrado en su Registro diario en un periodo de entre 2 y 3 semanas. Su mejor número PEF personal es la meta que se propone alcanzar cuando use su PFM **TruZone***. Su médico o profesional de la salud le aconsejará en lo referente a su mejor número personal.

Su médico o profesional de la salud ha sugerido que utilice PFM **TruZone*** porque es importante medir diariamente el PEF como parte del control general de una dolencia respiratoria.

Lea y siga las instrucciones para obtener resultados precisos.

El PFM **TruZone*** está dirigido a personas con problemas respiratorios incluyendo asma. Las personas que sufran estas dolencias deberían utilizar solamente el PFM **TruZone*** y las cintas **ColorZone*** incluidas junto con un plan de tratamiento bajo la dirección de un médico o de otro profesional autorizado.

Si usted tiene preguntas acerca de si el PFM **TruZone*** está funcionando correctamente, o si no comprende totalmente las instrucciones para el usuario, por favor, contacte a su médico.

Ya que el consejo de su médico o profesional de la salud es importante, siga con cuidado y constancia las instrucciones que le brinde con respecto al uso. Ellos le ayudarán a comprender las lecturas y los resultados que obtenga con su PFM **TruZone***. Por lo general, el PEF se mide a las 8 A.M. y a las 8 P.M., pero siempre según lo recomienda un médico o profesional de la salud. Para asegurarse de usar la técnica apropiada, solicite a su médico o profesional de la salud que lo observe mientras usted utiliza su PFM **TruZone*** por primera vez.

Registre sus resultados en el Registro diario cada vez que utilice su PFM **TruZone*** para identificar cambios, tendencias o patrones en sus síntomas respiratorios.

Si usted experimenta síntomas inusuales, siga las instrucciones de su médico o profesional de la salud y/o póngase en contacto con ellos en forma inmediata, sin importar cual sea su PEF.

Debe contactar siempre a su médico o profesional de la salud cuando los cambios en su PEF indiquen que su estado empeora.

CÓMO UTILIZAR SU PFM **TRUZONE***

1. Antes de utilizar su nuevo PFM **TruZone***, asegúrese de haber reajustado el indicador amarillo, dentro del diamante ubicado cerca de la boquilla.
2. Para reajustar, agite suavemente el PFM **TruZone*** de manera vertical hasta que el indicador amarillo se posicione directamente detrás del diamante reajustado.
3. aspire tan profundo como pueda.
4. Coloque la boquilla de su PFM **TruZone*** en su boca y ciérrela.
5. Sople tan fuerte y rápido como pueda.
6. Repita los pasos 2 a 5 tantas veces como lo indique su médico o profesional de la salud.
7. Observe el número en la escala al lado del indicador amarillo. Registre este número en el espacio correspondiente del Registro diario de su PFM **TruZone***.

! Cuando termine de utilizar su PFM **TruZone***, asegúrese de guardarlo en su envase original.



CÓMO UTILIZAR SU REGISTRO DIARIO

El Registro diario cubre un periodo de 35 días. Escriba su nombre en el renglón correspondiente y comenzando con la fecha de hoy, ingrese los datos de los próximos 35 días en la parte superior del registro, en los espacios correspondientes.

Debajo de cada fecha hay un gráfico para medir el PEF hasta tres veces por día (AM, PM y una vez adicional). Este gráfico coincide con los números en su PFM **TruZone**^{*}. Comience a ingresar los resultados en el Registro diario en la columna de la izquierda de la planilla. Todos los resultados subsiguientes deben ingresarse de manera secuencial hacia la derecha.

Una vez que el indicador amarillo se detenga en su último PEF, haga una "X" para registrar esa medición debajo de los títulos Fecha y Hora apropiados. Puede elegir dos métodos para medir sus resultados de flujo espiratorio pico:

MÉTODO PFM **TruZone^{*}:** Dado que las escalas tanto en su PFM **TruZone**^{*} y en su Registro diario son idénticas, es sencillo registrar los resultados de su PEF. Simplemente detalle su PFM **TruZone**^{*} directamente en su registro diario. Alinee los límites superiores e inferiores de las escalas PEF tanto de su PFM **TruZone**^{*} como de su Registro diario. Ahora, marque con una "X" debajo del título Fecha y Hora correspondiente, el punto en el que descansa el indicador amarillo.

Método convencional: Simplemente localice el punto del Registro diario, debajo de la Fecha y Hora, que corresponde al PEF que desea registrar. Marque una "X" en ese punto.

! Mantenga siempre actualizado su Registro diario. Se pueden obtener copias adicionales del Registro diario al visitar www.truzone.ca

LIMPIEZA DE SU PFM **TRUZONE**^{*}

Su PFM **TruZone**^{*} sólo necesita limpiarse una vez por semana. Lave el PFM moviéndolo suavemente bajo agua tibia y jabonosa. Enjuáguelo suavemente déjelo secar antes de la próxima lectura. No intente limpiar el interior con un cepillo. También puede limpiar su PFM **TruZone**^{*} de manera segura utilizando el ciclo normal de su lavaplatos.

PRECAUCIÓN: No desarme nunca su PFM **TruZone**^{*} ni lo ponga en agua hirviendo.

CHEQUEO DE CALIDAD

Siempre inspeccione visualmente su PFM **TruZone**^{*} en busca de daños. Asegúrese de que funciona apropiadamente antes de usarlo. Esto puede hacerse soplando ligeramente el PFM para ver si el indicador se mueve y luego reajustando el indicador. No deben utilizarse medidores dañados o con problemas.

Nota: El PFM **TruZone**^{*} cumple con todos los requisitos de exactitud y precisión que pueden encontrarse en el uso convencional. Al igual que con cualquier medidor de la tasa de presión/flujo, el PFM **TruZone**^{*} puede verse afectado por variaciones extremas de altitud o temperatura.** El medidor no se ve afectado por la humedad relativa y debe usarse dentro de un rango de temperatura normal (20 a 35 grados Centígrados/68 a 95 grados Fahrenheit). Todas las mediciones del PFM **TruZone**^{*} han sido validadas a Temperatura y presión corporal saturada con vapor de agua (BTPS).

** Gardner, RM, et al. *Evaluation of Accuracy and Reproducibility of Peak Flow Meter at 1,400m*. Chest, 1992;101:948-952.

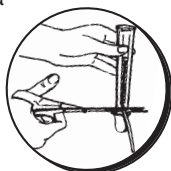
NORMAS

Su PFM **TruZone*** está diseñado y fabricado para cumplir con las normas más recientes de la Sociedad Estadounidense del Tórax (American Thoracic Society) en lo que respecta a las mediciones del flujo pico. Estas normas reflejan el uso de 26 ondas flujo-tiempo seleccionadas especialmente para evaluar los medidores de flujo pico. La exactitud es la mayor de $\pm 12\%$ o 25 l/m.

CINTA OPCIONAL **ColorZone***

Nuestro sistema de cintas **ColorZone*** simplifica el uso de su PFM **TruZone***. Estas zonas de color se basan en el sencillo sistema del semáforo. Su médico le indicará cómo ubicar y utilizar el exclusivo sistema de cintas **ColorZone***.

Las cintas **ColorZone***, de fácil colocación y remoción, se incluyen para ayudarlo a definir sus zonas de PEF individuales. Quite un trozo de cinta multicolor de la hoja cortándola por la línea punteada. Para aplicarla, quite la lámina de la zona verde. Luego, coloque la cinta en el medio de la escala del PFM para que las flechas debajo de la palabra BEST queden alineadas con su mejor PEF, según lo confirme su médico o profesional de la salud.



Presione la zona verde hasta que quede en su lugar. Corte la zona roja justo arriba del diamante reajustado (ver ilustración), quite el resto de la lámina y presione hasta el lugar adecuado.

VERDE: 80-100 por ciento de la mejor marca personal

AMARILLO INTENSO: 65-80 por ciento de la mejor marca personal

AMARILLO TENUÉ: 50-65 por ciento de la mejor marca personal

ROJO: debajo del 50 por ciento de la mejor marca personal

El PEF puede variar según cambie su condición respiratoria, el PEF también cambia a medida que los niños crecen. Por esta razón, se incluyen varias cintas **ColorZone*** con este paquete. Las cintas **ColorZone*** usadas deben quitarse antes de colocar la nueva. No reemplace la cinta **ColorZone*** antes de consultarlo con su médico.

PREDICTED AVERAGE PEAK EXPIRATORY FLOW (LITERS PER MINUTE)
VALEUR MOYENNE PRÉVUE DU DÉBIT EXPIRATOIRE DE POINTE (LITRES PAR MINUTE)
FLUJO ESPIRATORIO PICO PROMEDIO PREVISTO (LITROS POR MINUTO)

Normal Males* / Valeur normale pour les hommes* / Varones normales*

HEIGHT / TAILLE / ALTURA

Age Âge Edad	(in.) (po) (pulg.)	60"	65"	70"	75"	80"
(Years) (années) (Años)	(cm) (cm) (cm)	152	165	178	191	203
20		554	575	594	611	626
25		580	603	622	640	656
30		594	617	637	655	672
35		599	622	643	661	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

Normal Females* / Valeur normale pour les femmes* / Mujeres normales*

HEIGHT / TAILLE / ALTURA

Age Âge Edad	(in.) (po) (pulg.)	55"	60"	65"	70"	75"
(Years) (années) (Años)	(cm) (cm) (cm)	140	152	165	178	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. Brit Med J 1989; 298:1068-70.

NORMAL CHILDREN AND ADOLESCENTS[†]
VALEUR NORMALE POUR LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS[†]
NIÑOS Y ADOLESCENTES NORMALES[†]

HEIGHT	(IN.)	(CM)	MALES & FEMALES
TAILLE	(PO)	(CM)	GARÇONS ET FILLES
ALTURA	(PULG.)	(CM)	VARONES Y MUJERES
	43"	109	147
	44"	112	160
	45"	114	173
	46"	117	187
	47"	119	200
	48"	122	214
	49"	124	227
	50"	127	240
	51"	130	254
	52"	132	267
	53"	135	280
	54"	137	293
	55"	140	307
	56"	142	320
	57"	145	334
	58"	147	347
	59"	150	360
	60"	152	373
	61"	155	387
	62"	157	400
	63"	160	413
	64"	163	427
	65"	165	440
	66"	168	454

[†] Polgar G, Promadhat V. *Pulmonary Function Testing in Children: Techniques and Standards*. Philadelphia, W.B. Saunders Company, 1971.

The Lung Association acknowledges that peak flow monitoring is one useful tool to measure airway obstruction.

L'Association Pulmonaire reconnaît que le système de surveillance du débit de pointe est un dispositif utile pour mesurer l'obstruction des voies respiratoires.

La Asociación del Pulmón (The Lung Association) reconoce que el monitoreo de flujo pico es una herramienta útil para medir la obstrucción de las vías respiratorias.

Manufactured by / **Fabriqué par /**
Fabricado por :



Trudell Medical International*

725 Third Street, London,
Ontario, Canada, N5V 5G4
Phone: +1-519-455-7060 Fax: +1-519-455-7858
Email: customerservice@trudellmed.com
www.trudellmed.com

Canadian Hospital Distribution /
Distribution dans les hôpitaux canadiens :

Trudell Medical
Marketing Limited*



758 Third Street,
London, Ontario, Canada, N5V 5J7
Phone: +1-519-685-8800 Fax: +1-519-685-8993
Toll Free Customer Service: 1-800-265-5494
Email: customerservice@tmml.com
www.tmml.com

www.truzone.ca

