Peak Flow Meter

BS EN ISO 23747:2007

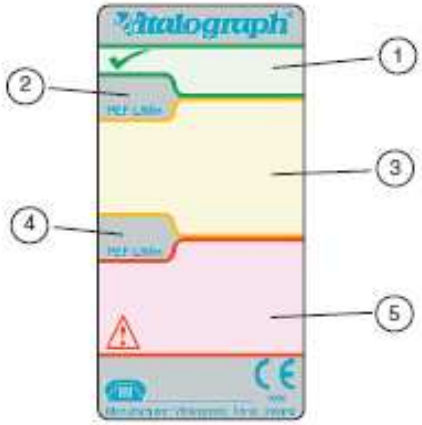
Vitalograph®

CE
0086

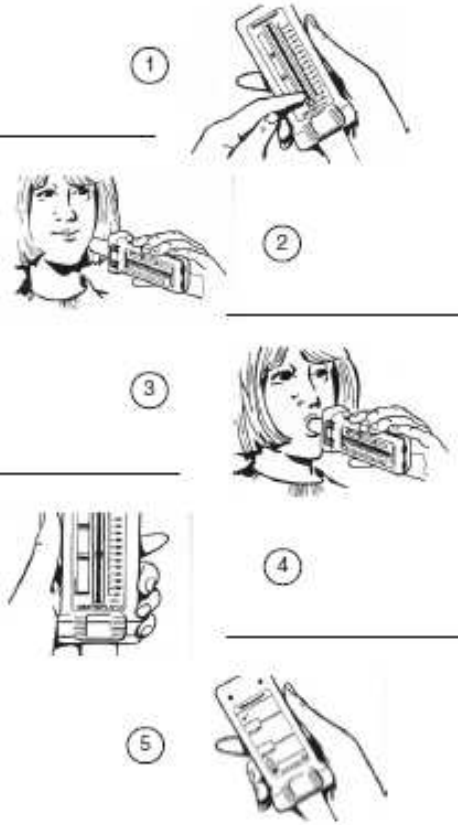
Medical Devices Directive
93/42/EEC L169, Vol. 36.
EN ISO 13485
BSI MD82182 & CE 00772
FDA QSR 21 CFR 820/803

Manufacturer: Vitalograph (Ireland) Ltd, Ennis, Ireland

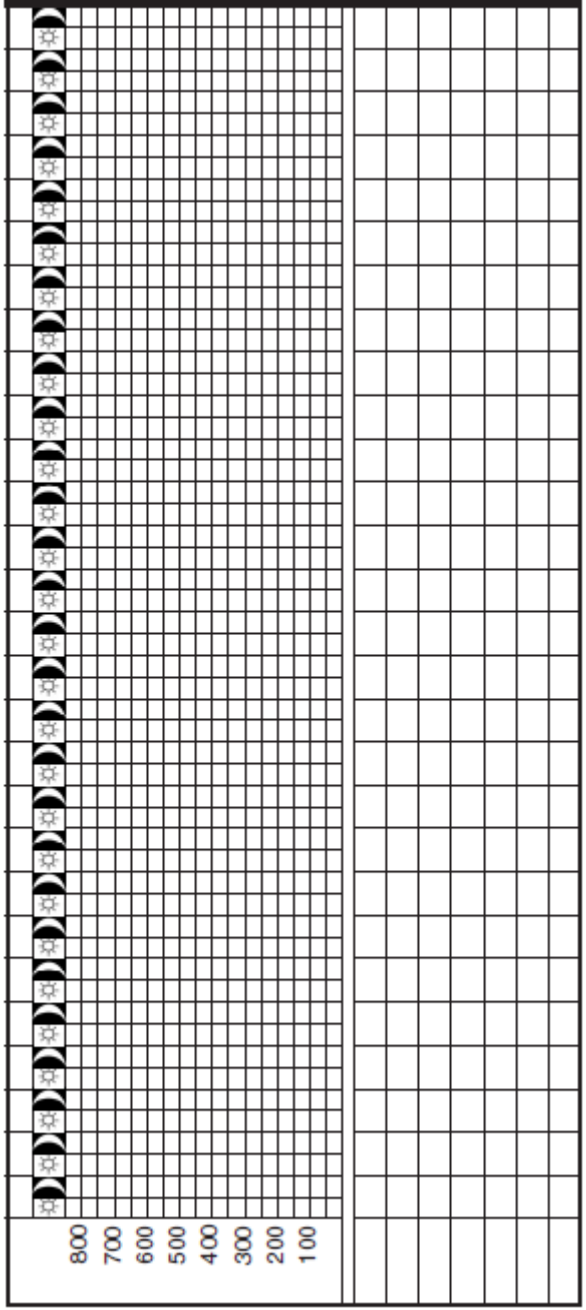
1



2



3



Français

Mises en garde

N.B.: Avant d'utiliser le spiromètre de pointe Vitalograph, veuillez lire attentivement toutes les informations figurant dans ce manuel.

• Le spiromètre de pointe Vitalograph est indiqué pour un usage sur un seul patient.

• Le spiromètre Vitalograph doit être utilisé sous la surveillance d'un professionnel de la santé homologué.

• N.B.: Les symptômes ressentis par le patient l'emportent sur les valeurs indiquées par le spiromètre de pointe.

• La précision du spiromètre Vitalograph peut se dégrader en cas d'utilisation au-delà de la durée de vie indiquée du dispositif.

Gérez votre asthme en partenariat avec votre médecin

Votre médecin vous expliquera comment gérer vous-même votre asthme. Cette gestion commencera dès le stade du diagnostic et continuera avec tous les membres de l'équipe de soin. Votre plan d'action sera adapté à vos besoins mais comprendra les éléments suivants : des informations de base concernant l'asthme ; le rôle des médicaments ; techniques nécessaires à l'emploi d'un inhalateur, d'une chambre d'inhalation et d'un spiromètre de pointe; mesures de contrôle de l'environnement ; quand et comment agir en cas d'urgence.

Vous et votre asthme

La plupart des personnes atteintes d'asthme doivent surveiller leur asthme au moins deux fois par jour et disposer d'un plan d'action pour le maîtriser. Cette brochure fournit des informations détaillées sur votre spiromètre de pointe et la mise en oeuvre de votre plan d'action de gestion personnelle.

Q. Qu'est-ce que le débit maximal expiratoire ?

R. Le débit maximal expiratoire est une mesure de la rapidité avec laquelle vous pouvez expulser l'air de vos poumons. Cette valeur est plus élevée lorsque vous êtes en bonne santé et plus basse lorsque le calibre de vos voies respiratoires rétrécit. Les valeurs de débit maximal expiratoire fournissent donc, à tout moment, une indication utile sur l'ouverture de vos voies respiratoires et par conséquent sur la sévérité de votre asthme. On doit mesurer le débit maximal expiratoire au réveil, ainsi que le soir avant de prendre son broncho-dilatateur.

Même si ce que l'on ressent et ce que l'on peut faire fournit une indication importante, ce sont les valeurs de débit maximal expiratoire qui indiquent avec précision la manière dont la respiration change. Les médicaments modernes pour le traitement de l'asthme visent à vous donner le meilleur résultat possible de débit maximal expiratoire et à vous permettre de rester dans la zone verte. Il est également important de rechercher un débit maximal expiratoire stable c.-à-d. peu de différence entre les résultats du matin et du soir, et ceci jour après jour.

Q. Pourquoi dois-je mesurer mon débit maximal expiratoire ?

R. Au-delà de l'âge de cinq ans, de nombreuses personnes utiliseront avec profit, pour la surveillance de leur asthme, un spiromètre de pointe qui leur indiquera quand utiliser leur médicament de soulagement et quelle quantité utiliser. Il sera également utile à votre médecin. En effet, les valeurs de débit maximal expiratoire lui permettront de mieux apprécier si votre asthme est bien maîtrisé et quand votre traitement doit être modifié.

Q. Où puis-je me procurer un plan d'action ?

R. Seul votre médecin est en mesure de définir le plan d'action qui convient le mieux à votre cas. Il

sera généralement précédé d'une évaluation initiale, suivie d'une phase de diagnostic. Pendant la phase de diagnostic vous devrez enregistrer vos résultats de débit de pointe. Votre plan d'action sera ensuite évalué par rapport à ces résultats pendant plusieurs jours. Votre traitement et/ou votre plan d'action pourront être modifiés à la suite de la phase de diagnostic. Cette procédure pourra être répétée jusqu'à ce que la pratique démontre que votre plan d'action est optimal.

Q. Quelle est ma "valeur normale" ?

R. Votre "valeur normale"est la meilleure valeur de débit maximal expiratoire que vous pouvez obtenir. Elle représente votre "100%" ou "valeur de référence". Les normes générales au niveau de la population ne présentent pas d'utilité clinique pour la surveillance séquentielle continue de votre asthme.

Votre plan d'action

La gestion personnelle de votre asthme, en particulier la surveillance de votre débit expiratoire maximal, améliorera de manière significative ses conséquences.

C'est votre médecin qui établira votre plan d'action en fonction de votre état et de votre situation personnelle.

Seuls votre médecin ou une infirmière spécialisée pourront compléter l'étiquette de votre plan d'action (s'il en comporte une) ou régler les glissières des zones de couleur. (modèle asmaPLAN+ uniquement).

Votre meilleur débit maximal expiratoire mesuré est :_____L/min BTPS

"Meilleur" débit signifie le débit maximal expiratoire le plus élevé, obtenu lorsque vous vous sentez bien.

Mise à jour de votre plan d'action

Vous devez consulter votre médecin au moins deux fois par an afin d'évaluer tout changement de votre état et modifier votre plan le cas échéant. Si vos résultats se trouvent la plupart du temps dans la zone jaune, avertissez immédiatement votre médecin.

Bien comprendre votre plan d'action

Votre plan d'action courant est inscrit, le cas échéant, sur une étiquette apposée au dos de votre spiromètre de pointe. Certains modèles (asmaPLAN+) possèdent des repères de zone à glissière, sinon votre médecin pourra tout simplement coller des "étiquettes de zone"sur l'étiquette de l'échelle.

Au-dessus de la limite verte, votre asthme est bien maîtrisé. Votre médecin inscrira un plan tel que : "2 bouffées d'inhalateur de prévention matin et soir"

La valeur de débit maximal expiratoire se trouvant dans la case entre la zone jaune et la zone verte représente généralement 80% de votre meilleure valeur.

Le jaune signifie un traitement supplémentaire tel que : "2 bouffées de médicament de soulagement toutes les demi-heures ". La case comprise entre le jaune et le rouge indiquera la valeur de votre seuil d'alerte de débit maximal expiratoire qui se situe généralement à 60% de votre meilleure valeur.

Le rouge signifie alerte médicale, ex. "prendre un demi-comprimé de stéroïde " ou tout simplement "contacter un médecin ".

Les altitudes élevées donnent des valeurs d'environ 5% plus basses pour 1000m, mais du fait de la diminution de la densité de l'air, votre débit maximal augmentera de 5% pour 1000m.

Comment utiliser votre spiromètre de pointe

1. Levez-vous (sauf indication contraire par votre médecin).
2. Faites glisser la pointe jusqu'au bas de l'échelle.
3. Maintenez légèrement l'appareil sur sa tranche face à vous, (voir figure 2), l'échelle se trouvant à l'opposé de votre main. Inspirez aussi profondément que possible. En retenant votre respiration, placez l'embout à l'intérieur de votre bouche, mordez-le légèrement et fermez bien les lèvres tout autour.
4. Ne pliez pas le cou.
5. Soufflez aussi FORT et aussi RAPIDEMENT que possible pendant une seconde ou plus. Veillez à ne pas bloquer l'embout avec la langue ou les dents. Le fait de cracher donne des résultats élevés erronés.

Au cours de la procédure de test, le sujet peut ressentir des effets secondaires tels que des vertiges ou une grande fatigue. Auquel cas, interrompez l'opération.

6. Votre débit maximal expiratoire est indiqué sur l'échelle par le pointeur. Prenez note du résultat obtenu et ramenez le pointeur à zéro.
7. Exécutez ce test trois fois et comparez le résultat le plus élevé avec les zones de couleur de votre plan d'action.
8. Pendant la phase de diagnostic, vous devrez inscrire le résultat le plus élevé sur une feuille d'enregistrement à remettre à votre médecin.

Comment interpréter votre valeur de débit maximal expiratoire

Si vos résultats sont souvent inférieurs à votre valeur normale, ceci pourra signifier que votre asthme devient plus sévère. De même, des différences marquées entre le résultat du matin et celui du soir pourront signifier que votre asthme s'aggrave, particulièrement si vous vous réveillez la nuit avec une toux ou la respiration sifflante.

Votre plan d'action personnel.

Collez (éventuellement) votre étiquette de "Plan d'action" au dos de votre spiromètre de pointe. Ce plan d'action vous permet d'ajuster votre traitement en fonction des valeurs de débit maximal expiratoire obtenues. Une intervention rapide permet généralement d'éviter les crises d'asthme graves. Vos résultats de débit maximal expiratoire se situeront dans l'une des trois zones colorées de gestion personnelle. Suivez les instructions du plan d'action qui s'appliquent à cette zone colorée.

Note importante: Seuls votre médecin ou une infirmière spécialisée pourront compléter ou modifier votre plan d'action. N'oubliez donc pas de vous munir de votre appareil à chaque fois que vous les consulterez. Si vous commencez un nouveau plan d'action, munissez-vous également de votre feuille d'enregistrement de débit maximal expiratoire car votre médecin aura besoin de la voir.

Le spiromètre de pointe asmaPLAN+ comporte des glissières colorées réglables sur l'étiquette d'échelle afin de simplifier la comparaison entre votre résultat de débit maximal et le traitement correspondant de votre plan d'action. NE CHANGEZ JAMAIS VOUS-MÊME LA POSITION DES GLISSIÈRES COLORÉES. Si cette situation se produisait par inadvertance, demandez conseil à votre médecin ou votre infirmière spécialisée. Votre médecin pourra décider de recouvrir les glissières de ruban adhésif transparent afin d'éviter leur déplacement accidentel.

Avant de réaliser une session de contrôle, assurez-vous que les marqueurs colorés soient correctement positionnés par rapport aux valeurs numériques figurant sur l'étiquette de votre plan d'action.

La phase de diagnostic

Au stade du premier diagnostic de votre état par votre médecin, et en fonction de son amélioration et de son aggravation, il vous sera nécessaire d'enregistrer vos résultats de débit maximal expiratoire au moins deux fois par jour pendant une semaine ou plus. Ceci a pour but de s'assurer que votre traitement permet de maintenir vos résultats de débit maximal expiratoire dans la zone verte. Si cette phase de diagnostic ne produit pas les résultats attendus, votre médecin changera votre traitement et recommencera la phase de diagnostic. Lorsque vous obtiendrez des résultats satisfaisants et que votre plan d'action aura été établi, il ne vous sera probablement plus nécessaire d'enregistrer vos résultats de débit maximal expiratoire et il vous suffira de suivre votre plan d'action.

Entretien et nettoyage de votre spiromètre de pointe

Votre spiromètre devrait vous fournir des mesures fiables pendant trois ans maximum. Après cette date, demandez à votre médecin un nouvel appareil. Évitez d'écraser votre spiromètre de pointe, nettoyez-le et gardez-le à l'abri de la poussière. S'il vous paraît endommagé ou semble fournir des mesures incorrectes, contactez immédiatement votre médecin. Nettoyez soigneusement votre spiromètre de pointe, environ une fois par mois. Après nettoyage, égouttez-le et essuyez-le avec un chiffon propre et sec. Posez-le debout et laissez-le sécher avant réutilisation.

En clinique: L'étalonnage de votre spiromètre de pointe devra être contrôlé tous les ans en clinique par rapport à un spiromètre étalonné.

NE JAMAIS TENTER DE DÉMONTER L'APPAREIL. VOUS RISQUERIEZ EN EFFET DE FAUSSER VOS RÉSULTATS DE DÉBIT MAXIMAL EXPIRATOIRE.

Caractéristiques techniques

Matériau : Plastique ABS recyclable.

Précision: + 10%

Répétabilité: + 5%

Plus haute résistance au flux: 0,00384 kPa/L/min @ 720 L/min gamme standard
0,00205 kPa/L/min @ 300L/min gamme basse

Gamme standard: 50-800 L/min

Stockage: Température: 0 – 50°C; Humidité relative: 10% - 95%

Normes: Certifié conforme à la déclaration de normalisation de la spirométrie (1994) de l'American Thoracic Society, applicable aux spiromètres de débit maximal expiratoire.

Garantie

Votre spiromètre de pointe est garanti un an. En cas de défectuosité apparente, rapportez votre appareil chez votre médecin afin que l'on puisse comparer ses résultats à ceux d'un spiromètre et remplacez-le s'il est défectueux. Dans le cas contraire, remplacez votre appareil tous les trois ans.