



<p>Threshold[®] IMT Inspiratory Muscle Trainer</p> <p>NEDERLANDS Gebruiksaanwijzing</p> <p>Enkel bestemd voor het gebruik door één patiënt.</p>	<p>DEZE VERPAKKING BEVAT:</p> <p>Threshold[®] IMT Inspiratory Muscle Trainer</p> <p>Gebruiksaanwijzing</p> <p>Trainingsdagboek</p> <p>Neusklem</p>	<p>Draait U de controleknop zover (afbeelding 1A), totdat de rode streep van het drukinstrument (afb. 1B) die waarde bereikt, die Uw arts bepaald heeft. Hoe hoger de vastgelegde waarde is, hoe meer kracht U moet opbrengen. Plaats het mondstuk er vast op.</p>	<p>Zet U de neusklem op en ademt U diep door de mond (afb. 2).</p>	<p>Plaats de lippen rond het mondstuk en ademt U diep in (afb. 3). Wanneer U hoort, dat er lucht door het toestel stroomt, is het ventiel geopend.</p>	<p>Ademt U verder in en uit en behoudt U daarbij het toestel in de mond.</p>	<p>Oefent U eerst 10-15 minuten dagelijks (of overeenkomstig het voorschrift van Uw arts). Verhoogt U de duur van het trainingsschema stapsgewijs naar 20-30 minuten dagelijks of naar tweemaal 10-15 minuten per dag. Probeer U iedere dag ongeveer op hetzelfde tijdstip en tenminste 5 dagen per week te trainen.</p>	<p>BELANGRIJKE AANWIJZING:</p> <p>Het is belangrijk dat U regelmatig en consequent traint. Noteert U Uw waarden in het trainingsdagboek.</p>
--	--	--	--	--	--	--	---

TRAININGSDAGBOEK

Time tijdstip van de training
Min duur van de training in minuten

Week	Instelling	zondag		maandag		dinsdag		woensdag		donderdag		vrijdag		zaterdag			
		☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀	☀		
		tijd	min	tijd	min	tijd	min	tijd	min	tijd	min	tijd	min	tijd	min	tijd	min
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	

Deze handleiding is specifiek aangepast voor Nederlandse gebruikers.

Bron : www.menzl.com
 Aanpassing : 23 maart 2015, zichtbaar maken van Nederlandse tekst, uitleg en vertaling van de registratiekaart naar Nederlands
 Product : Philips Respironics Threshold IMT inspiratoire weerstands-trainer