

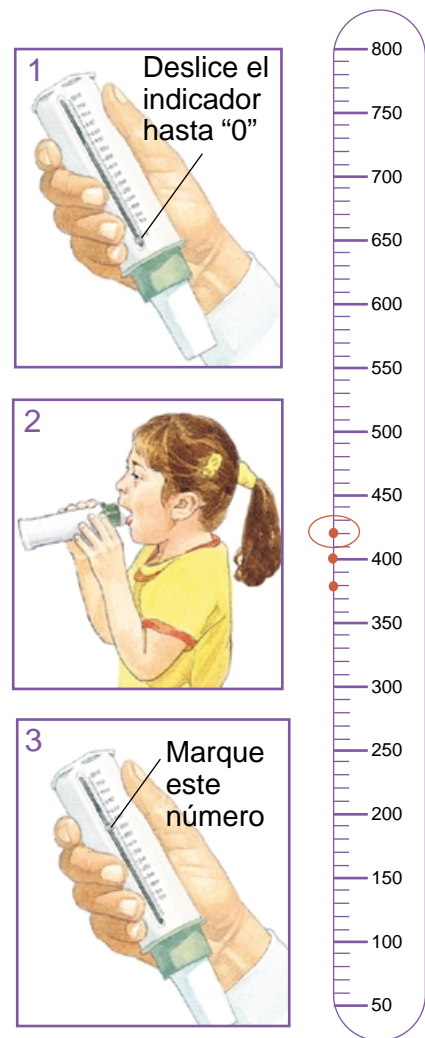
Cómo usar un medidor de flujo máximo

El medidor de flujo máximo mide la facilidad con que usted puede respirar. También lo puede usar para averiguar si sus vías respiratorias se están achicando. El medidor funciona incluso antes de que usted tenga signos de un ataque, tal como toser o jadear.

Cómo usar el medidor de flujo máximo

Para usar un medidor de flujo máximo siga estos pasos:

- 1** • Deslice el marcador hasta "0".
 - Póngase de pie.
 - Sostenga el medidor en una mano de modo que sus dedos no tapen los números.
- 2** • Inhale profundamente y abra la boca.
 - Cierre rápidamente sus labios alrededor del tubo. No tape el orificio con la lengua.
 - Sople una vez tan rápida e intensamente como pueda.
- 3** • Aleje el medidor de la boca.
 - Localice el número donde se detuvo el indicador.
 - Marque el número en la hoja de control de flujo máximo.
- 4** • Deslice el marcador de nuevo hasta "0".
 - Haga la prueba 2 veces más.
 - Marque los números en la hoja de control de flujo máximo.
 - Luego haga un círculo alrededor del número más alto. Éste es su número de flujo máximo para el día.



Notas

Esta información no pretende reemplazar el cuidado médico profesional. Siga siempre las instrucciones de su profesional del cuidado de la salud.

Illustrations provided with permission of The Staywell Company ©2001.

© 2001 The GlaxoSmithKline Group of Companies. All rights reserved. Printed in USA. HCM031R0 November 2001

62292GS - Using a Peak Flow Meter



GlaxoSmithKline

0111