

BRUGSVEJLEDNING

# PEP-FLØJTE



**My Medical** A/S

Gl.Viborgvej 13g-13h, 8381 Tilst

## Om PEP fløjten:

PEP står for Positive Expiratory Pressure, altså positivt tryk ved udånding.

PEP hjælper til at løsne slim i lungerne, og til at få en dyb og rolig vejrtrækning.

PEP-fløjten består af et grønt T-stykke og et transparent mundstykke. Mundstykket monteres på T-stykket.

Derudover skal der monteres en modstand på PEP fløjten. Modstanden fås i forskellige størrelser og tilpasses af fysioterapeuten.



## Sådan bruges PEP fløjten:

Ved brug tages mundstykket mellem læberne og læberne lukkes tæt om mundstykket. Træk vejret dybt gennem PEP fløjten, pust herefter jævnt igennem mundstykket.

Antal vejrtrækninger i PEP fløjten aftales med fysioterapeuten som vurderer dit behov:

Antal ..... x ..... dagligt

Når du bruger PEP fløjten kan der løsnes slim, som du skal forsøge at få op ved host eller stødning. Fysioterapeuten instruerer dig i dette.

