



Huippuvirtausmittarit (PEF)



Tunnetut Mini-Wright PEF-mittarit aikuisten ja lasten käyttöön.

Molemmat mittarit on pakattu muovikoteloon, jossa on suomenkielinen käyttö- ja puhdistusohje. Mittarit voi puhdistaa helposti kotiooloissa. Mittareissa on irrotettava muovinen suukappale. Lisäksi on saatavana kertakäyttöisiä pahvisia suukappaleita (myös varustettuna venttiilillä).

PEF-arvo pienenee ensisijaisesti hengitysteiden ahtautumisen eli obstruktion seurauksena. Keuhkojen liikkuvuutta vähentävät sairaudet sekä hengityshäiriöiden heikkous ovat muita PEF-arvoa pienentäviä tekijöitä.

Ikä vaikuttaa PEF-arvoon siten, että arvot ovat suurimmillaan 30-35 ikävuoden välillä. Myös pituus ja sukupuoli vaikuttavat tulokseen. Katso viitearvotaulukko takasivulta.

AFS Low Range -mittari on tarkoitettu lähinnä pienille lapsille ja henkilöille, joiden PEF-arvot jäävät alle 400 l/min, kuten esim. vanhuksilla. Mittari on myös kooltaan noin kolmanneksen pienempi kuin normaaliasteikolla (60-800l/min) varustettu mittari.

PEF-kotiseuranta

Astman diagnostiikassa voidaan hyödyntää kotona tehtäviä uloshengityksen huippuvirtausmittauksia, ja menetelmä on yleistynyt myös taudin seurannassa. Mittausten avulla voidaan arvioida oireiden vaikeusastetta ja lääkityksen tehoa. PEF-kotiseuranta tarjoaa potilaalle mahdollisuuden tunnistaa pahenemisvaihe riittävän ajoissa, jolloin hän voi lääkitystään lisäämällä välttää sairaalahoitolta.

Koti-PEF-mittarit

PEF-mittareiden väliset tuloserot voivat olla jopa 10-20%. Tämän vuoksi seurantamittauksissa on tärkeitä käyttää aina samaa mittaria. Koti-PEF-seurannassa voidaan käyttää edullisia minimittareita. Amerikkalaisen tutkimuksen mukaan kotikäyttöön soveltuvat

mittarit ovat toistettavuudeltaan ja tarkkuudeltaan vertailukelpoisia ja täyttävät Yhdysvaltain kansallisen astmakoulutusohjelman laatimat kriteerit.

Diagnostiikan yhteydessä PEF-mittari seurantaohjeineen ja muistiinpanovälineineen on tarkoituksenmukaista lainata potilaalle. Hoidon seurantaan varten PEF-mittauksiin motivoitunut potilas hankkii mittarin itse.

Itsehoito

PEF-kotiseurannan tavoitteena on antaa potilaalle hyvät valmiudet astman hoitotasapainon seuraamiseen. Tämä edellyttää huolellista potilasohjausta, johon kuuluu selkeiden toimintaohjeiden antaminen pahenemisvaiheen varalle. Kroonisena tautina astmaa voidaan verrata diabetekseen, jonka potilasohjausmenetelmissä korostetaan yhä enemmän optimaalista itsehoitoa.

Kun potilaan yksilöllinen PEF:n optimitaso on tiedossa, hänelle voidaan antaa ohjeita lääkityksen tehostamisesta puhallusarvojen pienentyessä tietylle tasolle. Kyseeseen tulee tällöin lähinnä joko inhaloitavan anti-inflammatorianoksen kaksinkertaistaminen tai suun kautta otettava steroidikuuri. Puhallusarvojen vakiintuessa ennalleen potilas voi palata entiseen ylläpitohoitoonsa.

Jos vaikeutunut astma ei korjaudu ennalta laadittuja hoito-ohjeita noudattamalla, potilas ymmärtää ottaa yhteyttä hoitoyksikkönsä riittävän ajoissa. Tällöin uhkaava sairaalahoito tai ainakin astman vaiheutumisen hengenvaaralliseksi on ehkäistävässä.

Itsehoidon periaatteet hyvin omaksunut potilas osaa siten säädellä sovitussa rajoissa lääkitystään. Lievää astmaa sairastava oireeton potilas voi puhalluseurannan turvin jopa lopettaa lääkityksen ja aloittaa sen uudelleen, jos oireet palaavat ja PEF-arvot pienenevät.

Valmistaja

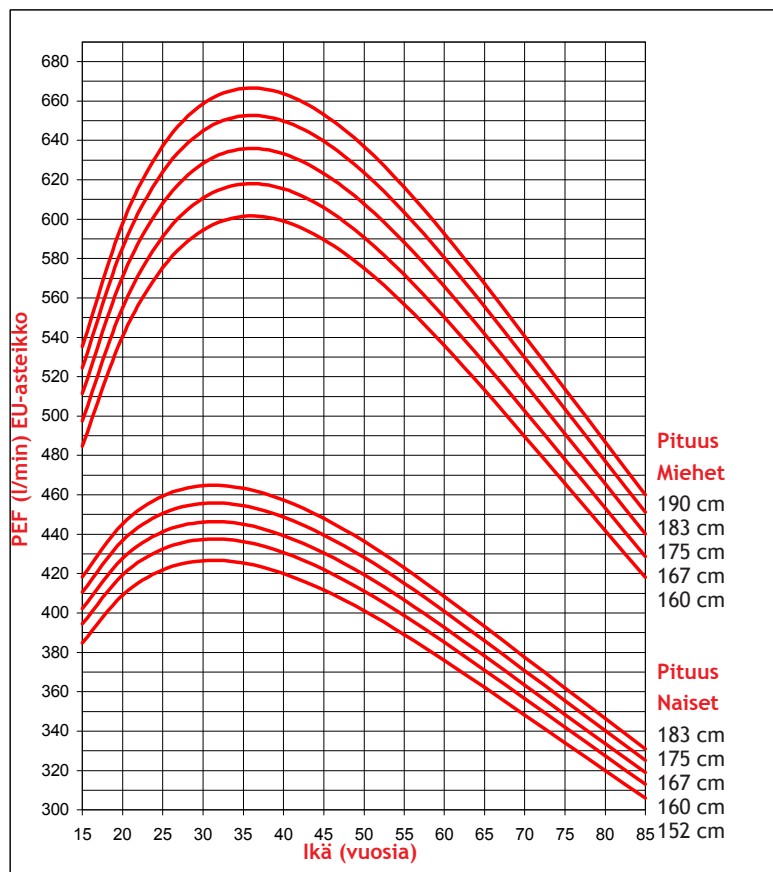


Tuoteluettelo

Tuotenumero	Nimike
3103387	Mini-Wright PEF-mittari 60-800 l/min
3104710	Mini-Wright AFS Low Range 30-400 l/min. Lapsille tai alhaisille puhallus- voimakkuuksille.
3103014	Osoitin Mini-Wright mittariin Toimitus vain PEF-mittarilauksen yhteydessä.
3122066	Kertakäyttöiset suokappaleet venttiilillä 500kpl laatikoissa
3122003	Kertakäyttöiset suokappaleet 500kpl laatikoissa

Aikuisten PEF-viitearvot

EU/EN13826-asteikolle (keltainen asteikko)



Adapted by Clement Clarke for use with EN13826 / EU scale peak flow meters
from Nunn AJ Greqq I, Br Med J 1989;298:1068-70

Vähittäismyynti: Apteekit, sairaaloiden kahviot ja allergia- ja astmayhdistykset