



POWER®
breathe K SERIES

Instrukcja obsługi
w języku polskim

Pierwsze na świecie inteligentne
cyfrowe urządzenie do treningu oddechu

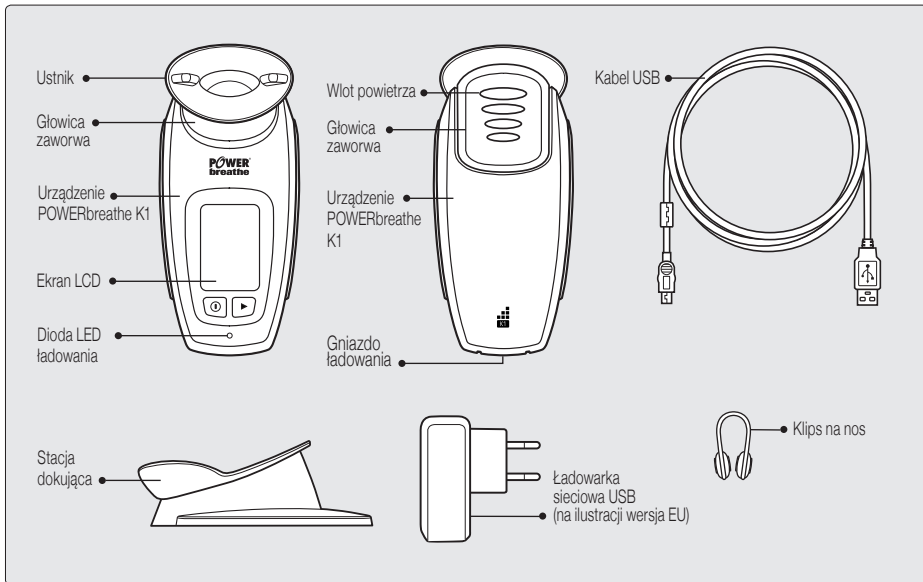


K1

Spis treści

1. Opis produktu	2	8. Po treningu	20
2. Wstęp	3	8.1 Przegląd wyników	20
3. Środki ostrożności	4	8.2 Objaśnienie wyników	21
4. Skrócona instrukcja obsługi	6	9. Utrzymanie i konserwacja	22
5. Podstawy	8	9.1 Czyszczenie	22
5.1 Ładowanie	8	9.2 Zablokowana głowica zaworu	23
5.2 Przyciski i symbole na wyświetlaczu	9	9.3 Przechowywanie	23
5.3 System menu	10	9.4 Kalibracja	23
6. Przed treningiem	11	10. Specyfikacja techniczna	24
6.1 Profil	11	11. Usuwanie	26
6.2 Konfiguracja obciążenia do treningu	12	12. O treningu mięśni wdechowych	27
6.3 Automatyczna konfiguracja obciążenia	13	13. Wykrywanie i usuwanie usterek, najczęściej zadawane pytania	28
6.4 Ręczna konfiguracja obciążenia	14	14. Gwarancja	31
6.5 Tempo oddychania	15	15. Dział obsługi klienta	32
6.6 Wyłączanie systemu utrzymywania tempa	15		
7. Trening	16		
7.1 Rozpoczęcie sesji szkoleniowej	16		
7.2 Prawidłowe trzymanie urządzenia	17		
7.3 Technika oddychania	18		
7.4 Używanie klipsa na nos	19		
7.5 Utrzymywanie oddechu	19		

1. Opis produktu



2. Wstęp

Szanowni Państwo,

Dziękujemy za zakup elektronicznego urządzenia do treningu mięśni wdechowych POWERbreathe K1.

Urządzenie wzmocni Państwa mięśnie oddechowe, co ograniczy przypadki zadyszki podczas ćwiczeń lub aktywności. Jest ono przydatne zarówno dla sportowców, jak i dla osób cierpiących na choroby układu oddechowego, np. POChP (przewlekłą obturacyjną chorobę płuc).

POWERbreathe K1 wytwarza opór przy wdechu za pomocą sterowanego elektronicznie zaworu szybkozamykającego. Zmusza to mięśnie oddechowe do cięższej pracy i w ten sposób je wzmacnia - działa to podobnie jak wzmacnianie mięśni ramion poprzez podnoszenie ciężarów. W miarę oddychania przez POWERbreathe K1 wdech będzie stopniowo stawał się coraz trudniejszy. Wynika to z natury treningu siłowego mięśni wdechowych (przepony i mięśni międzyżebrowych). Podczas wydechu nie ma żadnego oporu, można to robić normalnie, dzięki czemu mięśnie klatki piersiowej i oddechowe mogą się rozluźnić i w sposób naturalny wypchnąć powietrze z płuc.

Obciążenie wytwarzane przez POWERbreathe K1 reaguje na dynamiczne zmiany w sile mięśni oddechowych podczas całości oddechu i na początku każdego treningu automatycznie dostosowuje się do zwiększonej siły mięśni wdechowych.

Ćwiczenia z POWERbreathe K1 zakładają serie po 30 oddechów dwa razy dziennie, co zwykle zabiera tylko kilka minut, a efekty będą widoczne już po kilku tygodniach, pod warunkiem prawidłowego użytkowania. Urządzenie POWERbreathe K1 może również być stosowane do rozgrzewki i schładzania mięśni oddechowych przed i po ćwiczeniach.

Aby najlepiej wykorzystać urządzenie POWERbreathe K1 należy dokładnie zapoznać się z niniejszą instrukcją i stopniowo przyzwyczajać się do ćwiczeń.

3. Środki ostrożności



Urządzenie POWERbreathe K1 może być stosowane praktycznie przez wszystkich, a jego prawidłowe użytkowanie nie niesie z sobą żadnych szkodliwych efektów ubocznych. Aby zapewnić użytkowanie urządzenia w sposób prawidłowy i bezpieczny należy przestrzegać poniższych środków ostrożności.

Przeciwwskazania:

Trening mięśni wdechowych, np. za pomocą POWERbreathe, powoduje wytwarzanie się podciśnienia w klatce piersiowej, gardle, uszach i zatokach. Nie należy używać urządzenia w następujących przypadkach:

- Odma samoistna (odma opłucnowa niewynikająca z urazu, np. złamania żebra)
- Odma opłucnowa wynikająca z nie w pełni zaleczonego urazu
- Pęknięty bębenek, który nie zregenerował się w pełni, lub jakiegokolwiek inne schorzenie bębena
- Astma z niewielkim odczuwaniem objawów, z częstymi zaostreniami
- Zauważalny wzrost objętości i ciśnienia końcowo-rozkurczowego w lewej komorze
- Pogarszające się oznaki i objawy niewydolności serca po treningu mięśni oddechowych/wdechowych

Ponadto, w przypadku następujących schorzeń przed użyciem urządzeń POWERbreathe z serii K należy zasięgnąć porady lekarza:

- Nadciśnienie płucne
- Widoczne duże pęcherze na zdjęciu rentgenowskim klatki piersiowej
- Zauważalna osteoporoza z historią złamań żeber
- Desaturacja podczas lub po treningu mięśni oddechowych (<94%)

Przeznaczenie:

- Urządzenie POWERbreathe K1 służy wyłącznie do ćwiczenia mięśni wdechowych. Nie ma żadnego innego wyraźnego lub dorozumianego zastosowania
- Produkt nie jest przeznaczony do diagnozowania, monitorowania, leczenia ani zapobiegania jakimkolwiek chorobom
- Urządzenie POWERbreathe K1 nie jest przeznaczone dla osób o ograniczonych zdolnościach fizycznych, sensorycznych, czy umysłowych. Powinny one korzystać z urządzenia pod opieką osób odpowiedzialnych za ich bezpieczeństwo lub po udzieleniu odpowiednich instrukcji.
- Osoby poniżej 16 roku życia mogą używać urządzenia wyłącznie pod nadzorem dorosłych
- Urządzenie zawiera drobne części i nie nadaje się dla dzieci poniżej 7 roku życia

Uwaga:

- W przypadku wystąpienia zawrotów głowy podczas treningu z urządzeniem POWERbreathe należy spowolnić oddychanie lub przerwać trening do momentu ustąpienia objawów.
- W przypadku przeziębienia, zapalenia zatok lub infekcji górnych dróg oddechowych zalecamy zaprzestanie użytkowania urządzenia do momentu ustąpienia objawów
- Niektórzy użytkownicy podczas ćwiczenia z urządzeniem POWERbreathe mogą doświadczyć niewielkiego dyskomfortu w rejonie uszu, zwłaszcza po przeziębieniu. Jest to spowodowane niewystarczającym wyrównywaniem się ciśnienia pomiędzy jamą uszną a uszami. Jeżeli objawy nie ustępują, należy się skontaktować z lekarzem

- Aby nie dopuścić do ew. przeniesienia zakażenia, zalecamy nie współdzielić ustnika ani głowicy zaworu urządzenia z innymi użytkownikami, w tym członkami rodziny
- Podczas treningu z POWERbreathe K1 w trakcie wdechu opór powinien być odczuwalny, ale nie bolesny. W przypadku wystąpienia bólu podczas użytkowania urządzenia, należy natychmiast przerwać trening i skonsultować się z lekarzem
- Nie należy dokonywać żadnych zmian w przyjmowaniu przepisanych leków lub programie leczenia bez konsultacji z lekarzem
- Urządzenie POWERbreathe zostało wyprodukowane w warunkach higienicznych. Nie jest ono jednak sterylne - zalecamy oczyszczenie ustnika przed użyciem
- Nie używać POWERbreathe K1 podczas jakiegokolwiek aktywności fizycznej, np. chodzenia, biegania, prowadzenia pojazdu.
- Osoby z rozrusznikiem serca lub innym implantem zawierającym magnesy lub podzespoły elektroniczne powinny skonsultować się z lekarzem przed użyciem niniejszego produktu

W przypadku jakichkolwiek wątpliwości co do możliwości zastosowania urządzenia POWERbreathe lub jakiegokolwiek choroby należy skonsultować się z lekarzem

Niebezpieczeństwo:

- Należy stosować wyłącznie dołączony zasilacz (DCH3-050UK/EU/US/AU-0004)
- W zasilaczu znajduje się transformator. Nie odcinać zasilacza, aby wymienić wtyczkę na inną - może to stwarzać niebezpieczeństwo.
- Zasilacz przekształca zasilanie sieciowe (100-240 voltów) na napięcie bezpieczne (5V)
- Upewnić się, że zasilacz nie jest mokry

- Nie używać uszkodzonego zasilacza
- Przed czyszczeniem należy odłączyć urządzenie od sieci

Pola elektromagnetyczne:

Urządzenie POWERbreathe K1 jest zgodne z normami medycznymi w zakresie pól elektromagnetycznych (EN 60601-1-2). Pod warunkiem prawidłowego użytkowania zgodnego z instrukcją obsługi, urządzenie jest bezpieczne w użytku.

Przenoszenie:

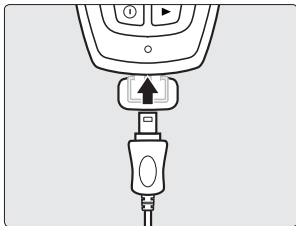
- Urządzenia nie należy upuszczać, demontować, otwierać, zginać, zginać, deformować, przebijać, niszczyć, podgrzewać w kuchence mikrofalowej, spalać, ani nie wkładać do niego ciał obcych
- Głowica zaworu POWERbreathe K1 powinna być regularnie czyszczona i dezynfekowana (patrz rozdział 10.1) w celu zapewnienia higieny i prawidłowej pracy. Urządzenie nie jest jednak wodoodporne i nie należy go zanurzać w cieczy

W przypadku podejrzenia występowania wady należy skontaktować się z lokalnym centrum obsługi klienta posługując się danymi podanymi w Rozdziale 15.

4. Skrócona instrukcja obsługi

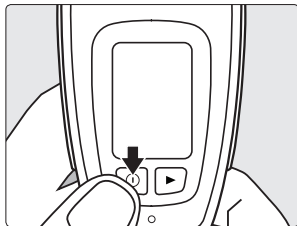


Skrócona instrukcja obsługi służy wyłącznie do szybkiego wglądu. Przed pierwszym treningiem zalecamy zapoznanie się z całością instrukcji.



1. Ładowanie

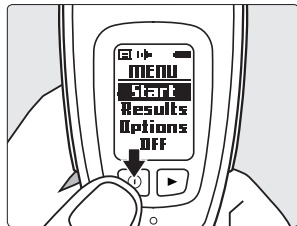
Podłączyć załączoną ładowarkę mini-USB. Pozostawić na 16 godzin do pełnego naładowania - czerwona dioda LED wyłączy się po całkowitym naładowaniu.



2. Zasilanie włączone

Nacisnąć i przytrzymać przycisk **i** przez ok. 1 sekundę. Poczekać na pojawienie się ekranu **MENU**.

i *Podczas pierwszego uruchomienia urządzenie poprosi o wprowadzenie danych osobowych*



3. Start the training mode

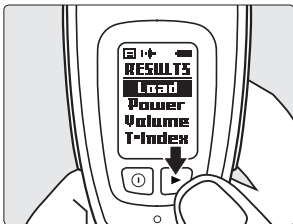
Upewnić się, że ustnik i głowica zaworu zostały prawidłowo przymocowane do urządzenia, zgodnie z rozdziałem 7.1. Nacisnąć przycisk **i** na ekranie **MENU**, aby wybrać **Start**.



4. Wykonać jak najsilniejszy, jak najszybszy i jak najgłębszy wdech

Wykonać jak najsilniejszy, jak najszybszy i jak najgłębszy wdech przez ustnik. Powoli wypuszczać powietrze do momentu, aż płuca będą całkowicie opróżnione, a następnie odczekać na sygnał dźwiękowy (w zależności od preferencji, podczas wydechu można wyjąć urządzenie z ust). Czynność powtórzyć przez 30 kompletnych oddechów.

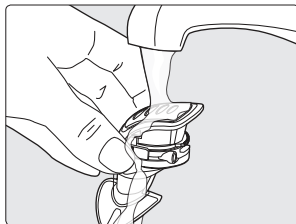
i Szczegółowe informacje na temat techniki oddychania znajdują się w rozdziale 7.3



5. Sprawdzić wyniki

Po wykonaniu 30 oddechów automatycznie pojawi się menu **RESULTS** (wyniki). Przyciskiem ► można przełączać pomiędzy kolejnymi parametrami wynikowymi **Load**, **Power**, **Volume**, **T-Index**), następnie nacisnąć **i**, aby wyświetlić dany parametr.

i Szczegółowe informacje na temat przeglądania wyników znajdują się w rozdziale 8.1.



6. Oczyszczyć głowicę zaworu

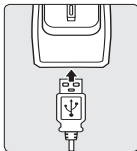
Po zakończeniu treningu odłączyć głowicę zaworu i zanurzyć ją w ciepłej wodzie. Następnie spłukać głowicę pod ciepłą bieżącą wodą i pozostawić na czystym ręczniku do wyschnięcia.

i Szczegółowe informacje na temat techniki oddychania znajdują się w rozdziale 9.1

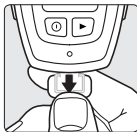
5. Podstawy

5.1 Ładowanie

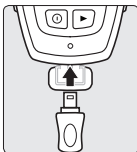
Wyjąć urządzenie POWERbreathe K1 i zasilacz z opakowania. Aby urządzenie mogło być użytkowane bez podłączenia do sieci, należy je naładować zgodnie z instrukcją poniżej. Urządzenie może być również użytkowane po podłączeniu do sieci za pomocą dołączonego zasilacza/ładowarki.



1. Podłączyć kabel USB do zasilacza, a następnie zasilacz do odpowiedniego gniazdka ściennego.



2. Wyjąć pokrywę gniazda ładowania z podstawy urządzenia.



3. Podłączyć drugi koniec kabla USB do podstawy urządzenia. Zapalona czerwo-na dioda LED będzie sygnalizować ładowanie się urządzenia.

4. Po wyłączeniu się diody (do 16 godzin) wyjąć zasilacz z gniazdka i odłączyć od podstawy urządzenia. Założyć pokrywę gniazda ładowania z powrotem na podstawę. Urządzenie jest gotowe do przenośnej pracy.

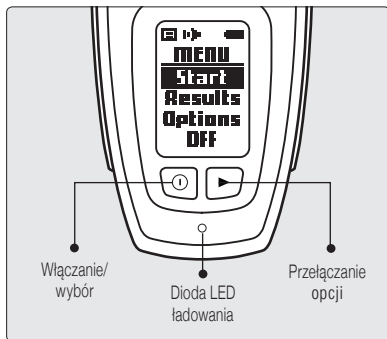
i *Urządzenie można również ładować z komputera lub laptopa za pomocą załączonego kabla USB - mini-USB*

Ostrzeżenie o niskim poziomie naładowania baterii

Gdy wskaźnik naładowania baterii sygnalizuje, że bateria jest pusta, lub jeżeli pojawi się ekran niskiego stanu naładowania, należy ponownie naładować baterię.



5.2 Przyciski i symbole wyświetlacza



Aby uruchomić urządzenie, naciśnięć i przytrzymać przycisk ⓘ przez 1 sekundę lub dłużej. Aby wyłączyć urządzenie, przejść do opcji **OFF** na ekranie **MENU** za pomocą przycisku ▶ i wybrać ją, naciskając. Urządzenie wyłączy się również po 5 minutach bezczynności.

Symbole na wyświetlaczu:



Automatyczna konfiguracja



Ręczna konfiguracja



Dźwięki przycisków włączone



Dźwięki przycisków wyłączone



Bateria w pełni naładowana



Bateria pusta



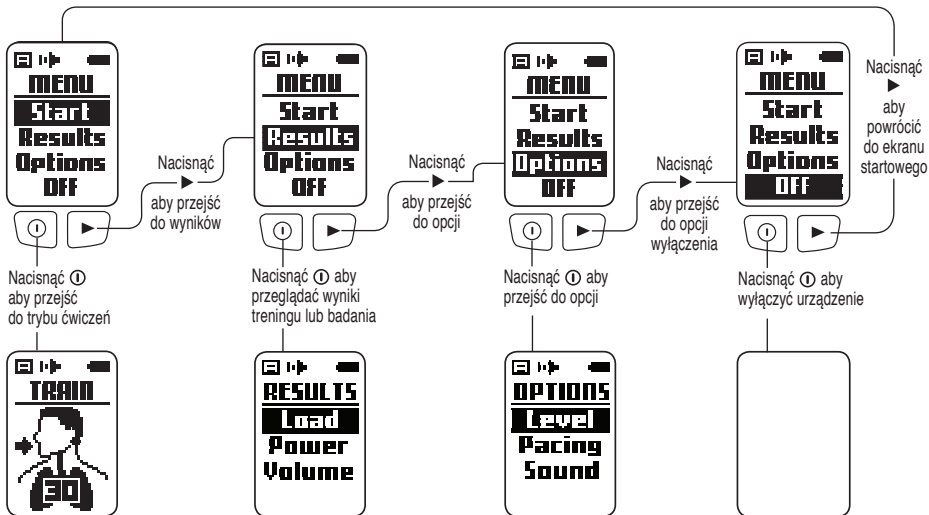
Zasilanie sieciowe podłączone



Liczba oddechów pozostała w bieżącej sesji

5.3 System menu

Do zmiany ustawień i przeglądania wyników w urządzeniu POWERbreathe K1 służy system menu na ekranie LCD. Za pomocą przycisku ► można przełączać się pomiędzy kolejnymi opcjami, a przycisk ⓘ służy do wybierania podświetlonej opcji. Aby powrócić do poprzedniego ekranu, nacisnąć przycisk ► przy ostatniej opcji na ekranie.



6. Przed treningiem

6. Before Training

6.1 Training Load

The POWERbreathe K1 creates a resistance to inhalation in order to train the muscles used to breathe (primarily the diaphragm and ribcage muscles). This resistance (or load) strengthens the breathing muscles by making them work harder, in much the same way that you might use weights to increase the strength of your arm muscles. By training these muscles, breathlessness will be reduced during exercise or activity and exercise performance will be improved.


The POWERbreathe K1 training load varies during inhalation in order to match the changes in breathing muscle strength that occur during a breath. Training load is highest at the start of your inhalation and gradually decreases as your lungs fill with air. As a result, you may notice the sensation of the resistance 'easing-off' as you inhale deeper.

During the first two breaths of each training session there is no resistance and you should inhale as quickly and as deeply as possible. During these breaths the POWERbreathe K1 measures your maximum breathing capability (see section 6.2). Training load is then gradually introduced during breaths three and four until full loading is achieved for breath five and onwards. During these breaths you will find that it gradually becomes harder to inhale.

Training load is adjustable and must be set to a level appropriate to the user in order to effectively train the muscles used to breathe. For the best training results, you should train at a level at which you feel you can only just complete the full session of 30 breaths. Training should feel hard – the more effort you put into your training, the greater the results you will achieve. The POWERbreathe K1 is equipped with two different methods for setting load: automatic (**Auto**) and user specified (**Manual**) set-up methods (see sections 6.2 and 6.3).

6.2 Automatyczna konfiguracja obciążenia

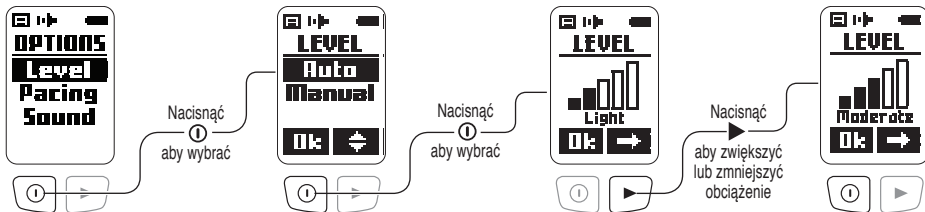


Domyślnie urządzenie POWERbreathe K1 jest w trybie automatycznego ustawiania obciążenia (co oznaczone jest przez symbol ). Po wybraniu konfiguracji automatycznej urządzenie automatycznie przeliczy wymagane obciążenie na początku każdej sesji treningowej. W ten sposób urządzenie dostosuje obciążenie na początku każdej sesji w miarę wzmacniania się mięśni wdechowych użytkownika.

Automatyczna konfiguracja obciążenia wykonywana jest podczas dwóch pierwszych oddechów w każdej sesji. Podczas tych oddechów nie ma obciążenia, należy oddychać **jak najszybciej i jak najgłębiej**, aby urządzenie mogło zmierzyć maksymalną wydolność oddechową użytkownika - patrz „Technika oddychania” w rozdziale „Trening” niniejszej instrukcji.

Dostosowanie intensywności treningu

Podczas korzystania z trybu konfiguracji automatycznej może się okazać, że obciążenie jest zbyt duże lub zbyt małe, w wyniku czego oddychanie przez urządzenie staje się zbyt trudne lub zbyt łatwe. Aby zmienić obciążenie, przejść do ekranu **LEVEL** zgodnie z poniższą procedurą. Przyciskiem zwiększyć lub zmniejszyć obciążenie do odpowiedniego poziomu. Trening powinien się odbywać na poziomie, na którym użytkownik jest w stanie ukończyć tylko jedną pełną sesję 30 oddechów.



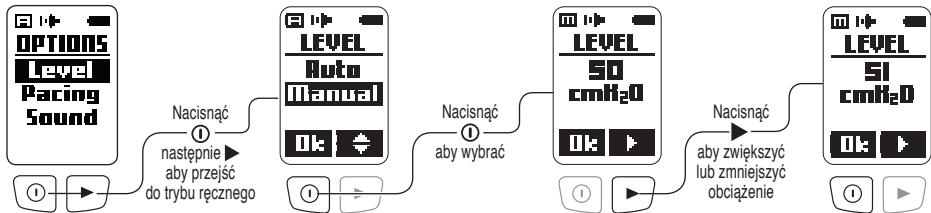
6.3 Ręczna konfiguracja obciążenia



Konfiguracja ręczna umożliwi samodzielne ustawienie obciążenia oraz jego ręczną regulację w miarę wzmacniania się mięśni oddechowych lub w dowolny inny sposób w celu utrzymania intensywności treningu. Niektórzy użytkownicy preferują większą kontrolę nad obciążeniem, którą ta metoda zapewnia.

Dostosowanie intensywności treningu

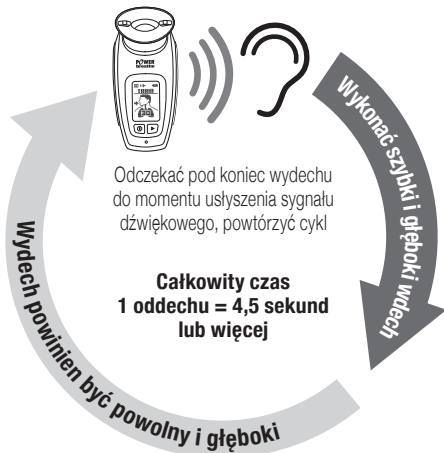
Po wybraniu trybu konfiguracji ręcznej należy wprowadzić obciążenie, które będzie stosowane podczas treningu. W tym celu należy przejść do ekranu **LEVEL** zgodnie z poniższą procedurą. Aby zwiększyć obciążenie, nacisnąć przycisk ► (przytrzymać go w celu szybkiej zmiany, aby rozpocząć od nowa należy przekroczyć maksymalną wartość 200cmH₂O).



W trybie konfiguracji ręcznej dojście do idealnego obciążenia dla treningu może zająć trochę czasu. Podczas każdego kolejnego szkolenia należy stopniowo podnosić obciążenie o 5-10 cmH₂O do momentu osiągnięcia poziomu, przy którym jest się w stanie ukończyć tylko jedną pełną sesję 30 oddechów. 2 W miarę upływu czasu i wzmacniania się mięśni oddechowych wykonanie 30 oddechów na tym poziomie stanie się coraz łatwiejsze. Gdy tak się stanie, należy zwiększyć poziom o ok. 5 cmH₂O w celu utrzymania intensywności.

6.4 Tempo oddychania

! Ta funkcja służy wyłącznie do celów pomocniczych. W przypadku wystąpienia zawrotów głowy należy oddychać wolniej lub zrobić sobie przerwę. Podobnie, jeżeli użytkownik nie jest w stanie oddychać na tyle powoli, aby uaktywnić sygnał dźwiękowy, powinien oddychać w takim tempie, jakie wydaje się odpowiednie.



Urządzenie POWERbreathe posiada adaptacyjny system do utrzymywania tempa oddechu na określonym poziomie (patrz również 7.3 Technika oddychania). Pozwala on zapobiec wystąpieniu zawrotów głowy wynikających ze zbyt szybkiego oddychania (hiperwentylacji) podczas ćwiczeń.

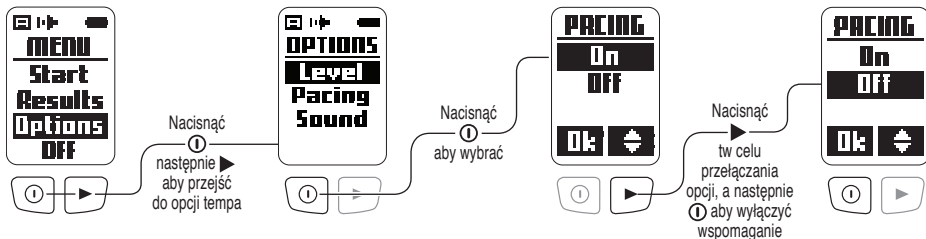
Podczas oddychania przez urządzenie POWERbreathe w ramach sesji treningowej, po upływie min. 4,5 sekundy od początku każdego wdechu będzie emitowany sygnał dźwiękowy. Kolejny wdech najlepiej jest rozpoczynać dopiero po usłyszeniu tego sygnału. Sygnał nie zostanie wyemitowany podczas wdechu lub wydechu - dopiero po zakończeniu pełnego oddechu.

Jeżeli wykonanie pełnego oddechu trwało ponad 4,5 sekundy, sygnał zostanie wyemitowany natychmiast po zakończeniu wydechu. Wówczas kolejny oddech można rozpocząć natychmiast. Jeżeli wykonanie pełnego oddechu zajęło mniej niż 4,5 sekundy, należy wstrzymać oddech do momentu usłyszenia sygnału, lub do momentu, w którym wykonanie kolejnego oddechu stanie się konieczne i rozpocząć wdech. W przypadku oddychania szybciej niż jeden oddech na 4,5 sekundy, sygnał nie będzie słyszalny.

Należy zawsze starać się wykonywać wdech **jak najszybciej** i **jak najgłębiej**, a wydech **jak najwolniej** i **jak najgłębiej**, tak aby okres pomiędzy wdechami był długi.

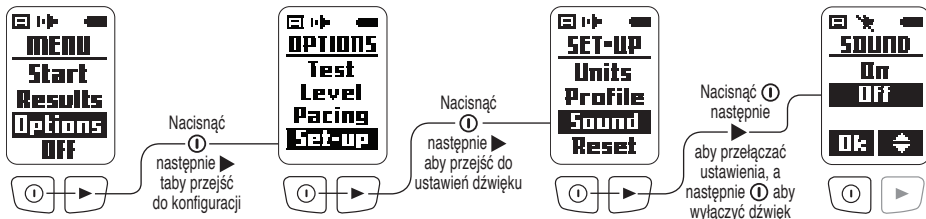
6.5 Wyłączenie systemu utrzymywania tempa

Jeżeli użytkownik preferuje samemu regulować tempo swojego oddechu, system wspomagania można wyłączyć. W tym celu należy przejść do ekranu **PACING** i wybrać **OFF** zgodnie z poniższą procedurą.



6.6 Wyłączenie dźwięku przycisków

Dźwięki przycisków można wyłączyć przechodząc do ekranu **SOUND** i wybierając **OFF** zgodnie z poniższą procedurą:

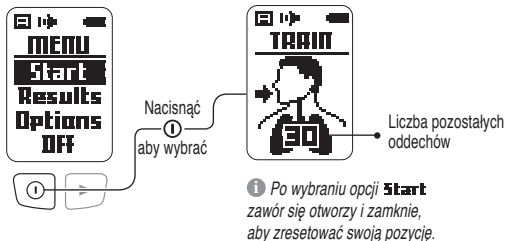
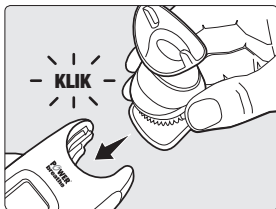


7. Trening

Zalecany harmonogram ćwiczeń z urządzeniem POWERbreathe to dwa razy dziennie po 30 oddechów (raz rano i raz wieczorem). Łącznie stanowi to 5-10 minut treningu dziennie. Podczas sesji treningowej należy postępować zgodnie z krokami od 7.1 do 7.3 poniżej.

7.1 Rozpoczęcie sesji szkoleniowej

Aby rozpocząć sesję treningową, należy upewnić się, że Głowica Zaworu została prawidłowo zamontowana, a następnie wybrać **Start** z ekranu **MENU** głównego.

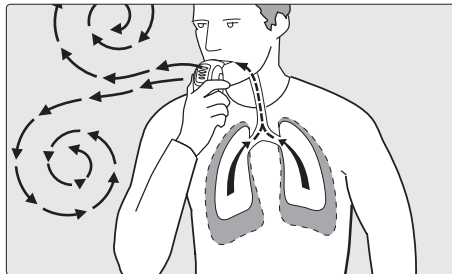
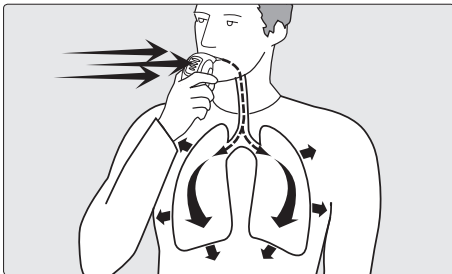


7.2 Prawidłowe trzymanie urządzenia

Należy stać lub siedzieć w pozycji wyprostowanej i rozluźnionej. Trzymać urządzenie za dolną tylną część, z palcami na kolorowych gumowych powierzchniach. Ręka nie może zakrywać wlotu powietrza. Następnie włożyć urządzenie do ust, tak aby wargi szczelnie przykrywały zewnętrzną osłonę, a zabezpieczenia przed przygryzieniem były przytrzymywane przez górne i dolne zęby.



7.3 Technika oddychania



Wdech należy wykonywać jak najmocniej, jak najszybciej i jak najgłębiej

Wypuścić całe powietrze z płuc, a następnie wykonać **szybki, ostry wdech** przez ustnik. Nabrać jak najwięcej powietrza jak najszybciej, prostując plecy i rozszerzając klatkę piersiową w miarę wdechu.

i *Mięśnie ćwiczą się właśnie podczas wdechu. Stosowanie powyższej techniki jest istotne, aby trening odniósł skutek.*

Powoli wypuścić powietrze

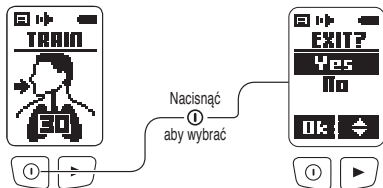
Teraz należy **powoli, pasywnie** wypuścić powietrze ustami do momentu, aż płuca będą całkowicie puste, rozluźniając mięśnie w klatce piersiowej i ramionach. Przerwać oddychanie do momentu usłyszenia sygnału dźwiękowego (patrz rozdział 6.5) lub potrzeby wykonania kolejnego oddechu. Jeżeli tak jest wygodniej, można podczas wydechu wyjąć urządzenie z ust, a następnie włożyć je ponownie, aby wykonać kolejny wdech.



Wydech powinien być powolny, aby zapobiec zawrotom głowy wynikającym z hiperwentylacji. W przypadku wystąpienia zawrotów głowy należy oddychać wolniej lub zrobić sobie przerwę.

Spróbować wykonać 30 oddechów wykorzystując opisaną metodę. Pierwsze dwa oddechy będą się wydawały łatwe, ale w miarę wdychania i wydychania powietrza przez urządzenie oddychanie będzie coraz trudniejsze. Wynika to ze zwiększania się obciążenia treningowego.

Do ćwiczeń oddechowych trzeba się przyzwyczaić, w razie potrzeby należy zrobić sobie krótką przerwę podczas sesji. Można również wyjąć urządzenie z ust i sprawdzić na ekranie ile jeszcze zostało oddechów. Aby kontynuować sesję, wystarczy włożyć urządzenie z powrotem do ust i zacząć oddychać dalej. Aby zakończyć sesję treningową, nacisnąć **ⓘ**, a następnie wybrać **Yes**, ponownie naciskając przycisk **ⓘ**. Po zakończeniu 30 oddechów urządzenie POWERbreathe K1 wyemituje sygnał dźwiękowy oznaczający koniec sesji, a zawór zostanie otwarty.



Oddychanie pod obciążeniem powinno być trudne, ale nie bolesne. Aby uzyskać jak najlepsze wyniki, należy ustawić obciążenie na poziomie odpowiadającym potrzebom użytkownika (patrz rozdział 6.1). Aby zmaksymalizować rezultaty treningu i zapobiec zawrotom głowy wynikającym z hiperwentylacji, należy również oddychać z wykorzystaniem prawidłowej techniki.

7.4 Używanie klipsa na nos

Urządzenie POWERbreathe jest wyposażone w klips na nos, który może pomóc w oddychaniu przez usta zamiast przez nos. Jednakże nie jest to wymagane - niektóre osoby wolą ćwiczyć bez klipsa lub zatykając nos palcami.



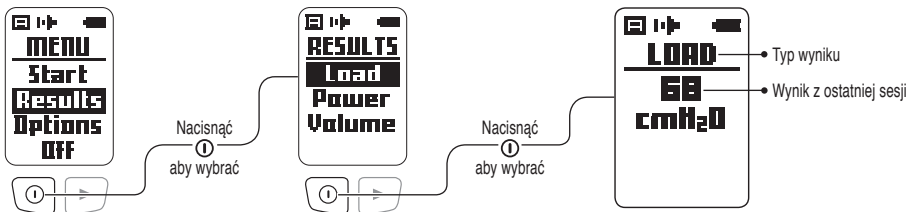
7.5 Utrzymywanie oddechu

Po upływie od czterech do sześciu tygodni treningu dwa razy dziennie po 30 oddechów mięśnie oddechowe powinny być już znacznie wzmocnione, a zadyszka podczas aktywności powinna zdarzać się znacznie rzadziej (patrz rozdział 13). Na tym etapie codzienne stosowanie urządzenia nie będzie już konieczne. Aby utrzymać wzmocnione mięśnie oddechowe i zwiększoną wydolność, wystarczy używać urządzenia co dwa dni, dwa razy dziennie.

8. Po treningu

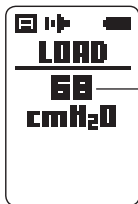
8.1 Przegląd wyników

Urządzenie POWERbreathe K1 dostarcza informacji zwrotnych na temat odbytych sesji treningowych. Dzięki tym wynikom można monitorować przebieg treningu, optymalizować sesje treningowe i osiągnąć zamierzone cele. Aby przeglądać wynik szkolenia, wybrać opcję **Train** z menu **RESULTS** a następnie wybrać **Load**, **Power** lub **Volume**.



i Aby pojawiły się jakiegokolwiek wyniki, podczas sesji musi zostać wykonane przynajmniej dwa oddechy. Po zakończeniu sesji menu wyników wyświetli się automatycznie.

8.2 Objąsnienie wyników



Największe obciążenie osiągnięte podczas ostatniej sesji

LOAD (OBCIĄŻENIE) to miara oporu podczas wdechu, jest równoważna „podniesionemu ciężarowi” lub sile przyłożonej przez mięśnie wdechowe. Obciążenie jest mierzone w cmH_2O , jednostce ciśnienia 2 często stosowanej w medycynie układu oddechowego do określania ciśnienia wytwarzanego w płucach w wyniku działania mięśni wdechowych. Wyświetlona wartość stanowi największe obciążenie uzyskane w ostatniej sesji treningowej. Im wyższe obciążenie, tym cięższy trening mięśni oddechowych i tym silniejsze mięśnie. Silniejsze mięśnie wdechowe zapewniają większą wydolność podczas oddychania, co prowadzi do ograniczenia przypadków zadyszki.

i Podczas treningu z wykorzystaniem metody automatycznej, obciążenie jest oparte na szacowanej sile mięśni wdechowych użytkownika. Mierzona jest ona za każdym razem po zakończeniu sesji treningowej i powinna odzwierciedlać wzmocnienie się mięśni wdechowych. Podczas treningu z wykorzystaniem metody ręcznej, obciążenie jest oparte o poziom wprowadzany przez użytkownika. W tym przypadku wyświetlone obciążenie będzie odzwierciedlać zmiany wprowadzone ręcznie na ekranie ustawiania poziomu.

9. Utrzymanie i konserwacja

Urządzenie POWERbreathe K1 jest bardzo wytrzymałe i odporne. Przy zachowaniu kilku zasad konserwacji powinno zachować sprawność przez bardzo długi czas. Aby utrzymać urządzenie w dobrym stanie, należy przestrzegać poniższych instrukcji:

9.1 Czyszczenie

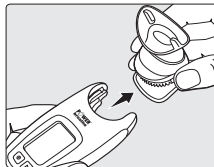
Podczas użytkowania na urządzeniu POWERbreathe K1 mogą zostać resztki śliny. Należy je często czyścić, aby zachować higienę i dobry stan roboczy.

Regularne czyszczenie

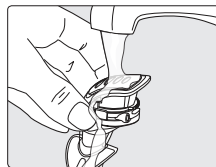
Po każdym treningu należy zdjąć z urządzenia głowicę zaworu (jak pokazano po prawej) i zanurzyć ją na ok. 10 minut w ciepłej wodzie. Następnie należy umieścić głowicę zaworu pod ciepłą bieżącą wodą i na przemian otwierać i zamykać zawór w celu wyczyszczenia wszystkich powierzchni. Strząsnąć nadmiar wody i pozostawić na czystym ręczniku do wyschnięcia.

Wyczyścić urządzenie POWERbreathe wilgotną ściereczką. Nie zanurzać urządzenia ani nie umieszczać go pod strumieniem wody, ponieważ może to uszkodzić wewnętrzne elementy elektroniczne.

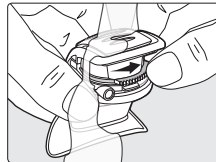
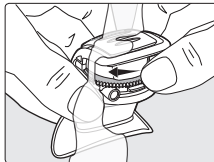
Zdejmowanie głowicy zaworu



Splukiwanie głowicy zaworu



Obracanie zaworu w celu ułatwienia czyszczenia



Raz w tygodniu

Raz w tygodniu należy wykonywać taką samą procedurę, z tym że głowicę zaworu należy zanurzyć nie w wodzie, a w łagodnym środku dezynfekującym. Użyty środek dezynfekujący musi być odpowiedni dla sprzętu wchodzącego w kontakt z ustami - mogą to być np. tabletki lub płyn do czyszczenia POWERbreathe. W przypadku wątpliwości należy skontaktować się z farmaceutą lub poszukać informacji na stronie internetowej POWERbreathe.

Po wyczyszczeniu należy spłukać głowicę zaworu od bieżącą wodą. Strząsnąć nadmiar wody i pozostawić na czystym ręczniku do wyschnięcia.



Do czyszczenia urządzenia nie używać zmywaków do szorowania, ani żadnych agresywnych lub ściernych środków czyszczących jak np. benzyna lub aceton. Urządzenie POWERbreathe K1 nie nadaje się do mycia w zmywarce.

9.2 Zablokowana głowica zaworu



Jeżeli głowica zaworu ulegnie zatkaniu przez zanieczyszczenia lub ślinę, urządzenie nie będzie działać prawidłowo i wyświetli komunikat o błędzie. W takim przypadku należy postępować zgodnie z instrukcją czyszczenia w rozdziale 9.1.

Wymiana głowicy zaworu, aby utrzymać maksymalną efektywność treningów zalecamy wymianę głowicy zaworu co sześć miesięcy.

9.3 Przechowywanie

Urządzenie należy przechowywać w temperaturze od -10°C do 60°C w założonej torbie lub innym odpowiednim higienicznym pojemniku. Przed schowaniem należy upewnić się, że urządzenie jest suche.

9.4 Kalibracja

Urządzenie należy kalibrować raz w roku, aby utrzymać jego dokładność. Więcej informacji na temat tej procedury można uzyskać od producenta - dane kontaktowe znajdują się na końcu instrukcji.

10. Specyfikacja techniczna

Wyświetlane obciążenie:	5 - 200cmH ₂ O
Wyświetlanie mocy:	0-99,9 W
Wyświetlanie objętości (trening):	0 - 8 litrów*
Dokładność:	Ciśnienie: ±3% Napięcie przepływu: ±10% Objętość: ±10%
Rozdzielczość:	Ciśnienie: 1cmH ₂ O Objętość: 0,1 l
Dźwięki:	Przełączanie/Wybieranie; Tempo oddychania; Niski poziom naładowania baterii; Koniec sesji treningowej
Przyciski:	1 x przycisk wyboru/ włączania zasilania, 1 x przycisk przełączania opcji
Ładowanie:	ładownica sieciowa 5V DC
Czas ładowania:	do 16 godzin
Wskaźnik ładowania:	Czerwona dioda LED podczas ładowania
Czas działania na baterii:	Ok. 60 minut w trybie treningu
Bateria:	3 x akumulatory AAA NiMH

Wymiary (urządzenie):	130 x 58 x 70mm
Waga (urządzenie):	136 g
Temperatura przechowywania:	od -10°C do 60°C
Temperatura robocza:	od 5°C do 40°C
Bezpieczeństwo:	EN 60601-1, EN 60601-1-2
Przepisy:	Wyrób medyczny klasy 1 (93/42/EWG)

*Zmierzone w warunkach temperatury i ciśnienia atmosferycznego

Materiały:

Ustnik:	bez zastosowania naturalnego lateksu ani ftalanów
Miękkie uchwyty i uszczelnienia:	TPE
Powierzchnia ekranu:	PMMA
Przyciski:	PC
Podstawa:	PC-ABS
Przekładnie:	Acetal
Wirnik zaworu:	PBT (wypełnienie z PTFE)
Stojan zaworu:	Acetal (wypełnienie z PTFE)
O-ring:	kauczuk nitylowy
Guma na klipsie na nos:	Silikon 40
Motek klipsa na nos:	Nylon
Pozostałe elementy:	PC-ABS

Uwaga: Materiały są zgodne pod względem składu, dodatków i właściwości (jeżeli dotyczy) z zasadniczymi wymogami Dyrektywy dotyczącej wyrobów medycznych 93/42/EWG

Dostępne akcesoria:

- Dodatkowe głowice zaworów
- Tabletki do czyszczenia
- Filtr bakteryjny/wirusowy POWERbreathe TrySafe
- Adapter filtra
- Maska ochronna

Symbole:



Ten symbol oznacza, że niniejszy wyrób medyczny klasy 1 jest zgodny z wymaganiami europejskiej dyrektywy w sprawie wyrobów medycznych (93/42/EWG)



Ten symbol oznacza, że urządzenia nie należy wyrzucać wraz z odpadami komunalnymi



Należy skonsultować się z załączoną dokumentacją



Umieszczany przed numerem partii urządzenia.

i PPierwsze cztery cyfry numeru partii oznaczają rok produkcji

11. Usuwanie

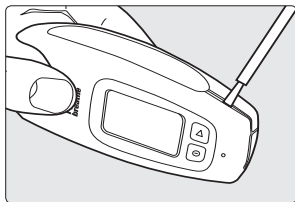


Środowisko:

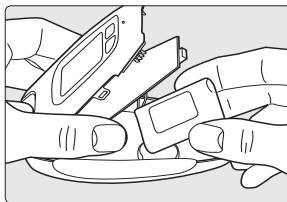
Symbol przekreślonego kosza na kółkach znajdujący się na niniejszym produkcie oznacza, że nie należy go traktować jako odpadu komunalnego. Aby chronić środowisko, produkt należy usunąć poprzez oddanie go do wyznaczonego punktu zbiórki WEEE. Aby uzyskać szczegółowe informacje na temat recyklingu zużytych urządzeń elektrycznych i elektronicznych, należy skontaktować się z lokalnym urzędem, firmą zajmującą się usługami komunalnymi lub dystrybutorem, u którego dokonano zakupu produktu.

Usuwanie baterii:

Wbudowana bateria POWERbreathe zawiera substancje mogące zanieczyścić środowisko. Przed oddaniem produktu do oficjalnego punktu zbiórki należy wyjąć baterię zgodnie z poniższym opisem. Baterie należy usuwać oddzielnie, w punkcie zajmującym się recyklingiem baterii.



Włożyć śrubokręt między dwie połowki głównej obudowy i obracać go do momentu ich rozdzielenia.



Rozgiąć dwa zaciski przytrzymujące płytę główną i wyjąć baterię spod płyty.

! Baterię należy wyjąć dopiero przed usunięciem zużytego urządzenia. Przed wyjęciem baterii należy się upewnić, że jest całkowicie rozładowana.

12. O treningu mięśni wdechowych

Co to jest oddychanie?

Oddychanie jest to proces polegający na wdychaniu i wydychaniu powietrza z płuc oraz wymianie gazowej pomiędzy płucami a krwią. Podczas wdechu przepona kurczy się, wypycha do dołu i zwiększa objętość klatki piersiowej. Jednocześnie kurczą się również mięśnie międzyżebrowe, wypychając żebra do góry i na zewnątrz, rozszerzając klatkę piersiową i zasysając powietrze do płuc. Podczas wydechu mięśnie wdechowe (przepona i mięśnie międzyżebrowe) rozluźniają się, a w wyniku elastyczności płuc i klatki piersiowej powietrze jest naturalnie wypychane z płuc.

Co wpływa na oddychanie?

Prędkość i głębokość oddechu zależy od wielu czynników, w tym poziomu dwutlenku węgla, tlenu i produktów ubocznych przemiany materii w krwi oraz zmian wprowadzanych świadomie. Podczas ćwiczeń, wzrost zawartości dwutlenku węgla i spadek zawartości tlenu we krwi w wyniku zwiększonej przemiany materii szybko wymusza przyspieszenie oddechu, z min. 10 Litrów/min do czasami aż 220 Litrów/min. To przyspieszenie może nastąpić nawet przy niewielkim wysiłku u osób z problemami z oddychaniem (np. w wyniku choroby układu oddechowego).

Co to jest zadyszka?

W miarę jak mięśnie oddechowe zwiększają wysiłek w celu uzyskania szybszego i głębszego oddechu spełniającego wymagania metaboliczne, 33 zaczynają się męczyć. W odpowiedzi na zmęczenie mięśni wdechowych w mózgu powstaje uczucie dyskomfortu, które zmusza nas do odpoczynku, pozwalając na regenerację mięśni oddechowych zanim ulegną takiemu

zmęczeniu, że nie będą w stanie funkcjonować. To zjawisko nazywane jest zadyszką - jest to główny czynnik powodujący wyczerpanie i ograniczający ćwiczenia.

Czy zmęczenie mięśni wdechowych ma jeszcze jakieś inne skutki?

W odpowiedzi na zmęczenie mięśni oddechowych ciało dodatkowo przekierowuje do nich krew z innych pracujących mięśni. Wspomaga to pracę mięśni oddechowych, ale pogarsza pracę innych mięśni, do których nie dopływa wystarczająca ilość krwi. To również ogranicza możliwości ćwiczeń.

Co to jest trening mięśni wdechowych?

Mięśnie oddechowe, tak jak każde inne, można ćwiczyć, tak aby były odporniejsze na zmęczenie. Ta odporność ogranicza występowanie zadyszki i zwiększa możliwości ćwiczeń. Urządzenie POWERbreathe K1 trenuje mięśnie oddechowe na zasadzie treningu siłowego. Wytwarza ono opór przy wdechu, zmuszając mięśnie wdechowe do cięższej pracy podczas wciągania powietrza do płuc. Umożliwia to trening mięśni oddechowych na tej samej zasadzie, na jakiej podnoszenie ciężarów umożliwia trening mięśni dwugłowych ramion.

13. Wykrywanie i usuwanie usterek, najczęściej zadawane pytania

1. *W trybie konfiguracji automatycznej urządzenie ustawia niskie obciążenie i oddychanie jest bardzo łatwe.*




Podczas korzystania z trybu automatycznej konfiguracji urządzenie POWERbreathe KH1 ustawia obciążenie treningowe na podstawie prędkości i głębokości wdechu podczas pierwszych dwóch oddechów w sesji. Im mocniejszy wdech wykonany przez pacjenta, tym wyższe będzie ustawienie obciążenia. Jeśli pacjent wkłada maksymalny wysiłek w wykonanie wdechu, a nie odczuwa znacznego obciążenia, należy wyregulować poziom intensywności, jak opisano w rozdziale 6.2.

2. *Opór przy wdechu jest zbyt duży, oddychanie przez urządzenie jest niemożliwe.*

Jeżeli oddychanie przez urządzenie POWERbreathe K1 jest niemożliwe, należy zdjąć głowicę zaworu i sprawdzić, czy zawór może się swobodnie otwierać i zamykać. W razie konieczności należy wyczyścić zawór zgodnie z opisem w rozdziale 9.1. Następnie podłączyć głowicę do urządzenia upewniając się, że została prawidłowo przymocowana. Sprawdzić ustawienia obciążenia zgodnie z rozdziałem 6.1 i ponownie przystąpić do treningu.

3. *Jeżeli urządzenie POWERbreathe K1 nie chce się włączyć, bateria może być całkowicie rozładowana. Urządzenia można będzie używać po podłączeniu do sieci za pomocą załączonej wtyczki i kabla USB* *Alternatywnie można naładować urządzenie zgodnie z opisem w rozdziale 5.1*

4. *Urządzenie włącza się, ale nie reaguje na naciskanie przycisków.*

Nacisnąć i przytrzymać przyciski  i  przez przynajmniej 3 sekundy, a następnie zwolnić. Spowoduje to zresetowanie i wyłączenie urządzenia (dane nie zostaną utracone). Następnie przytrzymać przycisk  przez ok. 1 sekundę, aby włączyć urządzenie z powrotem.

5. *Ustnik uległ odbarwieniu lub jest nieprzezroczysty*

Jeżeli ustnik będzie zanurzony w wodzie lub środku dezynfekującym przez dłuższy czas, materiał może pochłonąć niewielką ilość wilgoci, co prowadzi do odbarwienia lub utraty przejrzystości. W takim przypadku należy pozostawić ustnik do wyschnięcia na czystym ręczniku, a zmiany stopniowo znikną.

6. *Podczas ćwiczeń wytwarzane jest bardzo dużo śliny – czy można temu jakoś zapobiec?*

Jeżeli podczas ćwiczeń wytwarzane jest zbyt dużo śliny, należy robić przerwy podczas treningu, aby pozbywać się jej nadmiaru. Pomóc może również wyjmowanie urządzenia z ust podczas wdechu. Nie spowoduje to pogorszenia jakości treningu podczas wdechu.

7. *Głowica zaworu została wyczyszczona, ale nadal pokazuje się komunikat błędu „Proszę Wyczyścić Zawór”.*

Czasami głowica może ulec zapchaniu bardzo dużymi ilościami zanieczyszczeń lub śliny. Upewnij się, że głowica została całkowicie

zanurzona i obracać nią w celu uwolnienia wszelkich pochwyconych zanieczyszczeń. Po ponownym montażu głowicy upewnić się, że jest ona odpowiednio przymocowana do urządzenia - nie mogą być widoczne żadne przerwy.

8. Jak często należy czyścić głowicę zaworu?

Głowicę zaworu należy czyścić po każdej sesji treningowej, aby utrzymać higienę i efektywność pracy.

9. Podczas oddychania nie czuć żadnego oporu do momentu wykonania kilku oddechów.

Podczas dwóch pierwszych oddechów każdej sesji treningowej urządzenie POWERbreathe K1 wykonuje pomiary oddychania. Podczas tych dwóch oddechów nie będzie żadnego oporu. Podczas trzeciego i czwartego oddechu stopniowo wprowadzane jest obciążenie treningowe, a piąty i kolejne oddechy odbywają się z pełnym obciążeniem.

10. Nie słycać sygnału pomocniczego

W przypadku oddychania szybciej niż jeden oddech na 4,5 sekundy, sygnał nie będzie słyszalny. Po wydechu należy odczekać na sygnał (patrz rozdział 6.4).

11. Jak ciężki powinny być trening?

Trening z urządzeniem POWERbreathe K1 to forma treningu siłowego - przypomina ćwiczenia z użyciem ciężarków na siłowni. Wykonywanie

wdechu pod obciążeniem powinno być trudne, a najlepsze wyniki można uzyskać przy takim oporze, przy którym możliwe jest ukończenie tylko jednej sesji 30 oddechów. Tak jak przy każdym innym treningu - im więcej włożonego wysiłku, tym lepszy rezultat.

12. Wyniki są bardzo zróżnicowane, czy to normalne?

Oddychanie jest ze swojej natury czynnością bardzo zmienną i trudną do dokładnej kontroli. Na początku treningu z urządzeniem POWERbreathe K1 wyniki z kolejnych sesji treningowych mogą być bardzo różne. W miarę przyzwyczajania się do wykonywania wdechów z maksymalnym wysiłkiem przy obciążeniu, wyniki będą stawać się coraz bardziej spójne i przewidywalne. Nadal mogą występować różnice, w zależności od samopoczucia i ogólnego stanu danego dnia - tak jak w przypadku wszystkich innych form ćwiczeń.

13. Obciążenie zdaje się zanikać pod koniec oddechu, czy to normalne?

Urządzenie POWERbreathe K1 wytwarza opór przy wdechu, który różni się w zależności od objętości wciągniętego powietrza. W celu osiągnięcia optymalnej efektywności treningu obciążenie to powinno być dostosowane do charakterystyki siły mięśni wdechowych. Będzie ono największe na samym początku oddechu i będzie zmniejszać się prawie do zera na końcu oddechu.

14. Czy wyświetlona objętość odpowiada pojemności płuc?

CmH₂O oznacza centymetry słupa wody - jest to standardowa

medyczna 2 jednostka ciśnienia. Obciążenie mięśni oddechowych jest mierzone właśnie w tych jednostkach - jako wartość odpowiadająca ciśnieniu generowanemu przez mięśnie oddechowe w płucach podczas pracy z obciążeniem wytwarzanym przez urządzenie POWERbreathe K1.

15. Co to jest cmH_2O ?

Wskaźnik siły jest miarą siły mięśni wdechowych, która oparta jest na CmH_2O oznacza centymetry słupa wody - jest to standardowa medyczna 2 jednostka ciśnienia. Obciążenie mięśni oddechowych jest mierzone właśnie w tych jednostkach - jako wartość odpowiadająca ciśnieniu generowanemu przez mięśnie oddechowe w płucach podczas pracy z obciążeniem wytwarzanym przez urządzenie POWERbreathe K1.

16. Jak obliczany jest wskaźnik siły?

Wskaźnik siły to miara siły mięśni wdechowych oparta o maksymalne natężenie przepływu wdychanego powietrza, jakie może wytworzyć użytkownik. Sposób obliczania wskaźnika siły jest oparty o naukowe badania charakterystyki siły i prędkości mięśni wdechowych.

17. Czy tego samego urządzenia POWERbreathe K1 może używać więcej niż jedna osoba?

Ze względów higienicznych zalecamy, aby użytkownicy nie współdzielili jednej głowicy zaworu POWERbreathe K1. Jednakże można dokupić dodatkowe głowice, które mogą być używane z jednym urządzeniem.

18. Co jeśli nie widać żadnej poprawy?

Jeżeli nie widać żadnej poprawy podczas treningu lub wyniki nie stają się coraz lepsze, należy spróbować trenować przy wyższym obciążeniu (patrz rozdział 6.1). Ważne jest, aby trening był trudny - tylko wtedy siła mięśni wdechowych będzie się zwiększać. Należy jednak pamiętać że po 6-8 tygodniach wyniki najczęściej się stabilizują. Po tym czasie należy starać się utrzymać zwiększoną wydolność oddechową poprzez regularne ćwiczenie (patrz rozdział 7.5).

19. Co jeśli użytkownik kaszlnie podczas wykonywania oddechu?

Jeżeli tak się stanie, należy wyjąć urządzenie z ust i odpocząć do momentu uspokojenia. Następnie ponownie włożyć urządzenie do ust i kontynuować sesję.

14. Ograniczona roczna gwarancja producenta*

Dokument ten należy zachować

Niniejsza gwarancja udziela kupującemu pewnych praw. Kupujący może mieć również inne ustawowe prawa. POWERbreathe International Ltd. niniejszym gwarantuje pierwotnemu kupującemu, którego nazwisko zostanie należycie zarejestrowane w firmie, że sprzedawany przez nią produkt jest wolny od wad wykonawczych i materiałowych.

Zobowiązania POWERbreathe International Ltd. na mocy niniejszej gwarancji są ograniczone do naprawy i wymiany takich części urządzenia, w których po kontroli wykryte zostaną wady wykonawcze lub materiałowe.

Niniejsza gwarancja nie dotyczy baterii, ustnika, klipsa do nosa lub oprogramowania (jeżeli jest), nie obejmuje również przypadków zniszczenia obudowy, nieprawidłowego użytkowania, wypadków, nieprzestrzegania środków ostrożności, niewłaściwej konserwacji (np. części zablokowane przez kamień) lub użytku do zastosowań komercyjnych. Podczas rocznego okresu gwarancji wadliwy produkt zostanie bezpłatnie naprawiony lub wymieniony (według naszego uznania).

*Gwarancja do zastosowań komercyjnych, profesjonalnych lub klinicznych jest ograniczona do 3 miesięcy (90 dni) od daty zakupu. Wszystkie inne warunki pozostają bez zmian.

Nie ponosimy odpowiedzialności za żadne szkody przypadkowe ani wynikowe, w tym wynikające z niedokładności lub matematycznej

niedokładności produktu oraz utraty przechowywanych danych. Gwarancja zawarta w niniejszym dokumencie zastępuje wszelkie inne gwarancje, w tym dorozumianą gwarancję pokupności i/lub przydatności do określonego celu.

Specyfikacja gwarancji może ulec zmianie bez powiadomienia ze względu na program ciągłego rozwoju producenta. Najnowsze wersje dokumentów znajdują się na stronie www.powerbreathe.com.

Aby aktywować gwarancję

**Należy zarejestrować zakup urządzenia
POWERbreathe K1 na stronie
www.powerbreathe.com/warranty**

Dziękujemy.

15. Dział obsługi klienta

Jeżeli urządzenie musi zostać oddane do oficjalnego centrum serwisowego, należy posłużyć się poniższymi informacjami kontaktowymi. Do urządzenia należy dołączyć opis przyczyny zwrotu - pozwoli nam to szybciej rozwiązać ew. problemy. Należy również dołączyć dowód zakupu. Zalecamy wysłać zwroty przesyłką rejestrowaną.

Siedziba:

POWERbreathe International Ltd

Northfield Road, Southam, Warwickshire
CV47 0FG, England, UK

Nr telefonu: +44 (0) 1926 816100

www.powerbreathe.com

W celu kontaktu z obsługą klienta we wszystkich innych krajach oraz w przypadku zapytań dotyczących kalibracji urządzeń POWERbreathe z serii K należy przejść na stronę internetową lub skontaktować się z Międzynarodowym Biurem Głównym POWERbreathe w Wielkiej Brytanii.

POWERbreathe International Ltd.
Northfield Road, Southam, Warwickshire, CV47 0FG, Wielka Brytania
Na terenie Wielkiej Brytanii należy skorzystać z poniższych danych kontaktowych:
Tel: +44 (0)1926 816100

E-mail: enquiries@powerbreathe.com

W przypadku reszty świata należy przejść na naszą stronę lub skontaktować się z lokalnym dystrybutorem:

powerbreathe.com

Urządzenia POWERbreathe to nie zabawki.

Produkt został opracowany wyłącznie do treningu oddechu. Inne zastosowania nie są zalecane.

W przypadku pytań dotyczących jakiegokolwiek schorzenia należy zawsze skonsultować się z lekarzem lub terapeutą.

Produkt nie jest przeznaczony do diagnozowania, leczenia ani zapobiegania jakimkolwiek chorobom. Wyniki mogą się różnić dla różnych użytkowników. Nie udziela się żadnych gwarancji, wyraźnych i dorozumianych, na wyniki uzyskane za pomocą opisanego w niniejszym dokumencie urządzenia.

Przed użyciem należy zapoznać się z instrukcją obsługi. Materiały w niniejszej instrukcji mają wyłącznie charakter informacyjny.

Produkty POWERbreathe z serii K są chronione prawami własności intelektualnej. Produkty chronione są również międzynarodowymi zatwierdzonymi patentami oraz zgłoszeniami patentowymi.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Specyfikacja może ulec zmianie bez powiadomienia ze względu na program ciągłego rozwoju producenta.

Logotyp POWERbreathe jest zarejestrowanym znakiem handlowym POWERbreathe Holdings Ltd

Wszystkie nazwy produktów POWERbreathe są zarejestrowanymi znakami handlowymi POWERbreathe Holdings Ltd.

Wszelkie inne znaki handlowe są własnością ich właścicieli.

Wszelkie informacje były prawidłowe w momencie publikacji. E & OE ©2020.



POWER[®]
breathe K SERIES

Zaprojektowano i opracowano z dumą w Wielkiej Brytanii

POL Polish PB372 JN4172 V1