



# Anleitung für die Nutzung der PEP-Maske



- Befreit von lästigem Schleim
- Verhindert unproduktiven Husten
- Erleichtert das Atmen
- Verbessert den Gasaustausch
- Senkt den Atemwiderstand

## Wirkung:

Die Stenose (Verengung) am Ausatemventil bewirkt eine Verlangsamung des Aus-Atemstroms und damit einen Rückstau der Luft. Dieser Vorgang hält die Atemwege weit.

## Anwendung:

Auf dem grauen Ausatemventil wird eine der farbigen Stenosen angebracht, dessen Stärke Sie selbst nach Gefühl bestimmen können. Wenn Sie beim Atmen mit der Maske einen Widerstand spüren, ohne Atemnot zu bekommen, haben Sie die richtige Stenose gewählt.



- Maske fest auf Mund und Nase drücken
- 3 bis 5 Mal in die Maske husten
- danach ruhig für 3 bis 5 Atemzüge durch die Maske atmen
- bei erneutem Husten den Vorgang wiederholen

## Reinigung:

Spülen Sie alle Teile der Maske unter warmem Wasser ab. Verwenden Sie evtl. Spülmittel. Reinigen Sie das Gerät alle 2 Tage.