

# ピークフローメーター 取扱説明書

この度は英国クレメントクラーク社製ピークフローメーターをお買い上げいただき、誠にありがとうございます。  
この取扱説明書には、製品を適切にご使用いただくために必要な測定方法や正しい消毒・洗浄方法等を記載しております。  
ご使用になる前に必ずお読みいただき、お読みいただいた後はお手元に保管してください。

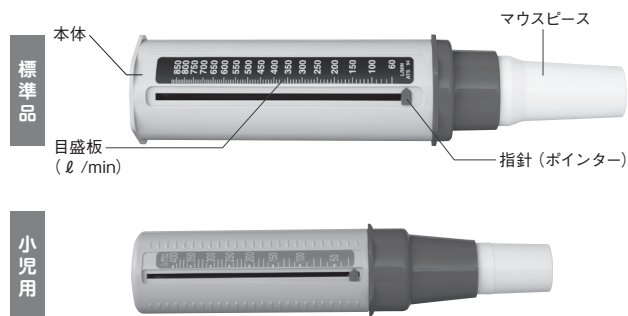
## 製品について

～世界中で信頼されている英国クレメントクラーク社製ピークフローメーター～

- 本品は、ピークフロー値(最大呼気流量を1分当たりのリットル数[ℓ/min]で表した数値)を測定する器具です。
- 1本1本検査結果に合わせて手作業で目盛板を取り付ける製造手法により、高い精度の製品を提供しています。
- 毎日決まった時間にピークフロー値を測定・記録することで、喘息発作の予知にも役立ちます。
- 測定したピークフロー値は、喘息日誌(PEAK FLOW DIARY)に記録することをおすすめします。

### ミニ・ライト ピークフローメーター

- 世界中で評価されている高精度と信頼性。
- 標準品と小児用をラインナップ。

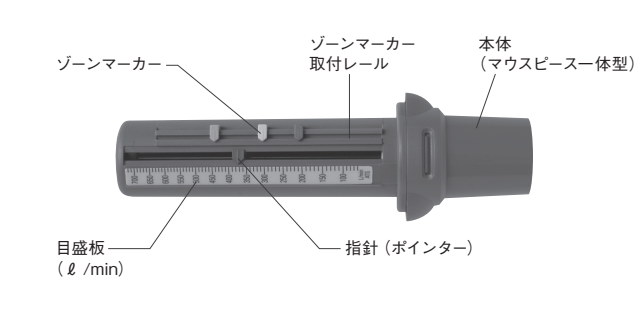


### ● 内容品

- ・本体、マウスピース
- ・取扱説明書
- ・添付文書

### エアークゾーン・ピークフローメーター

- マウスピース一体型のパーソナルユースタイプ。
- 喘息管理に役立つゾーンマーカーを付属。



### ● 内容品

- ・本体(マウスピース一体型)
- ・ゾーンマーカー×6コ(緑・黄・赤×各2コ)
- ・取扱説明書
- ・添付文書

## 喘息管理のゾーン・システム

- ゾーン・システムは、喘息の症状を自分自身で把握し、状態に応じて適切な行動をとるために役立つ指標です。
- 担当医師と一緒に自身の目標値を定め、目標値を基準(100%)として3つのゾーンを設定し、緑・黄・赤で色分けします。
- あらかじめ喘息日誌を自身のゾーンで色分けしておくことで、測定時の体調を容易に把握することができます。

ゾーン	ピークフロー値	状態の判定
緑ゾーン	80～100%	良好
黄ゾーン	50～80%	注意が必要
赤ゾーン	50%未満	受診が必要

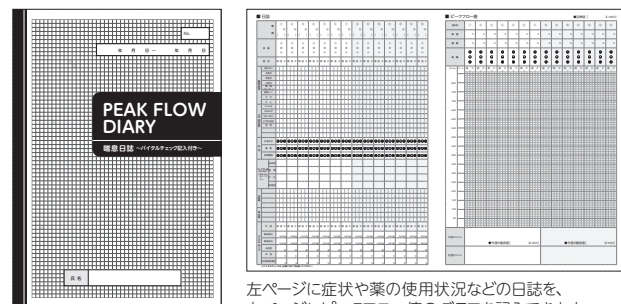
※エアークゾーン・ピークフローメーターには、ゾーンマーカーが付属しています。  
取付レールにゾーンマーカーをはめこむだけで簡単に使用できます。

## 喘息日誌 (PEAK FLOW DIARY)

- 喘息の治療を行う上で、日々の喘息の症状や体調などを自己管理していくことが大切です。
- 喘息日誌は、ピークフロー値とともに体調や発作の有無、薬の使用状況などを簡単に記録する日誌です。
- 喘息日誌を活用することで継続的な自己管理につながり、また受診時に医師にみせることで治療効果の判断にも役立ちます。

喘息日誌(PEAK FLOW DIARY)～バイタルチェック記入付き～

コード	品番	規格	価格(税抜)
① 25-3265-00	MY-0020	A4・14週間分	¥150

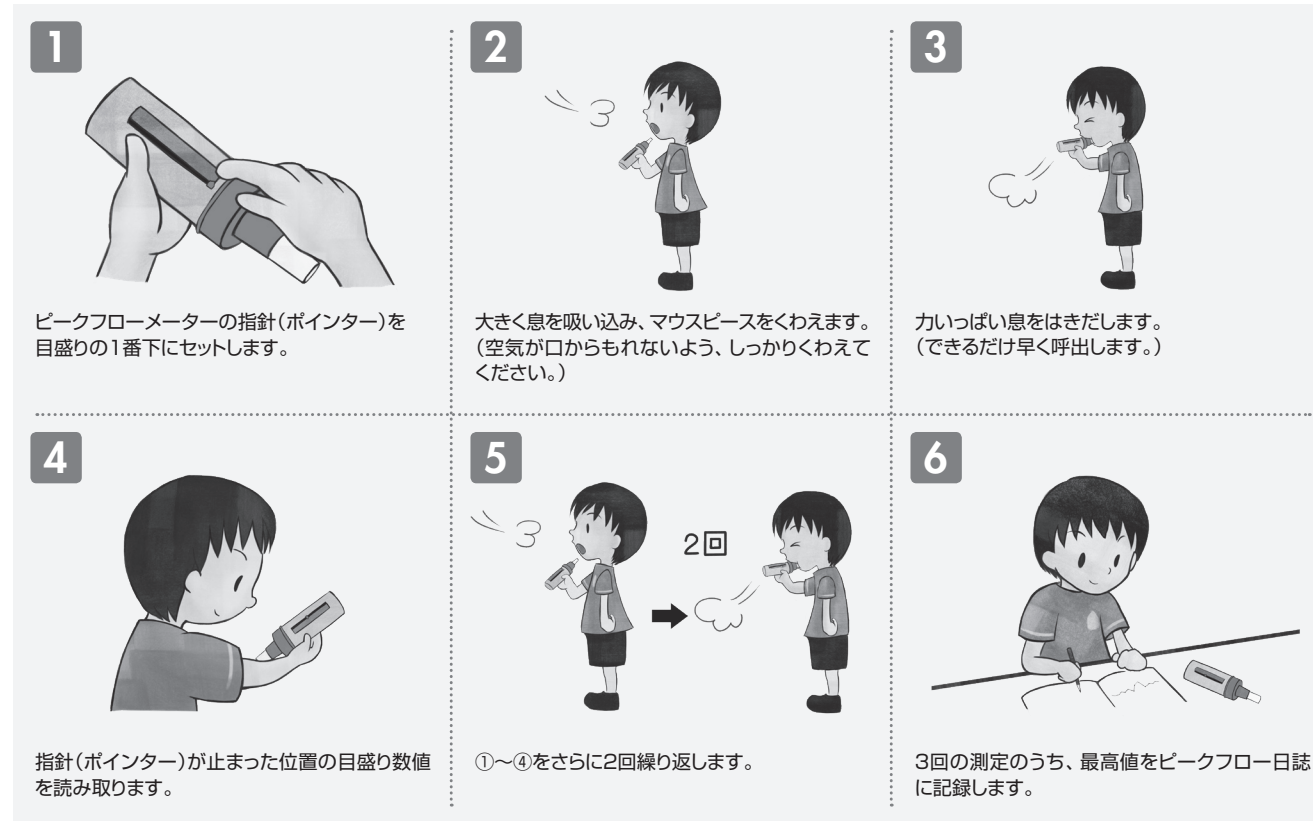


左ページに症状や薬の使用状況などの日誌を、  
右ページにピークフロー値のグラフを記入できます。

## 使用上の注意

- 本品を使用して測定するピークフロー値は、喘息の症状を客観的に把握することができる治療上有効かつ重要な数値です。  
医師の指導のもと、正しく本品を使用してピークフロー値を測定してください。
- 測定する際は、ピークフローメーターの測定方法に従って適切に行ってください。
- お手入れの際は、洗浄・消毒方法に従って適切に行い、常に清潔な状態で使用してください。

## ピークフローメーターの測定方法



～ピークフローメーターを正しく吹くために～

- 測定の際に「トゥー」や「カー」など舌や喉を使って息を出し、実際よりも高値となるような呼出(spitting)をしてはいけません。
- 咳をしたり、舌でマウスピースを塞いではいけません(マウスピースを深めにくわえることで防止できます)。
- 測定の際に、指針に触れたり指針の動きを妨げないように本体を持ってください。また本体底面の穴を塞がないように持ってください。

## 洗浄・消毒方法

- 【本体(ミニ・ライト ピークフローメーター/エアークゾーン・ピークフローメーター)】
- 中性洗剤液(台所用合成洗剤等)を入れたぬるま湯に、2～3分間浸します(5分以上、入れておかないで下さい)。
- そのまま中でゆすって洗浄します。
- 洗剤は、ぬるま湯で完全に洗い流して下さい。
- 乾いた布で水滴を拭き取り、完全に乾燥させて下さい。

※長時間ぬるま湯に浸すと目盛板が剥がれる可能性がありますので避けてください。  
※熱湯に浸したり、ドライヤーを用いての高温乾燥は、本体を変形させる可能性がありますので、避けてください。

## 保管方法

- しばらく使用しない時は、保管前に洗浄し、乾燥させた上で保管してください。

## 【マウスピース(ミニ・ライト ピークフローメーター)】

- 本体からマウスピースを取り外し、水洗いしてください。
- 水滴をよく振り切り、自然乾燥させます。
- 煮沸消毒・消毒液による消毒が可能です。消毒後は水でよく洗い流してください。
- ご使用後、毎回洗浄することをおすすめします。

※エアークゾーン・ピークフローメーターのマウスピース部は取り外しができません。  
マウスピース部をさっと洗い、乾かしてください(パーソナルユースでご使用ください)。

## 使用期間

- 使用期間は、使用開始後約2年です(約4,000回)。
- 使用状況に応じて、適宜交換をおすすめします。

■ 日誌

年 月		① 日 ( )	② 日 ( )	③ 日 ( )	④ 日 ( )	⑤ 日 ( )	⑥ 日 ( )	⑦ 日 ( )		⑧ 日 ( )	⑨ 日 ( )	⑩ 日 ( )	⑪ 日 ( )	⑫ 日 ( )	⑬ 日 ( )	⑭ 日 ( )
天 気																
区 分		朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ		朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ
喘息の症状	症状なし															
	大発作															
	中発作															
	小発作															
	喘 鳴 (ゼーゼー)															
	胸苦しい															
	せ き															
その他の症状	た ん															
	くしゃみ															
	はなみず															
	はなづまり															
	かぜの症状															
	発 熱															
生 活	日常生活															
	運 動															
	夜間睡眠															
ピークフロー値 (ℓ/min) ※最高値を記入ください。	起床時															
	昼 間															
	夕 方															
	就寝前															
予防薬																
発作薬																
バイタルチェック	計 測	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ		朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ	朝 昼 タ
	最高血圧	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg		mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg
	最低血圧	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg		mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg	mmHg
	心拍数	回	回	回	回	回	回	回		回	回	回	回	回	回	回
	体 温	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
	血中酸素飽和濃度	%	%	%	%	%	%	%		%	%	%	%	%	%	%

※バイタルチェックは、必要に応じて記録してください。

## ■ ピークフロー値

●目標値 [                      ℓ /min]

日にち		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭	
気 温		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	
湿 度		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	
体 調		😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
		😐	😐	😐	😐	😐	😐	😐	😐	😐	😐	😐	😐	😐	😐	
		😞	😞	😞	😞	😞	😞	😞	😞	😞	😞	😞	😞	😞	😞	
[ℓ/min]	ゾーン	朝   夕	朝   夕	朝   夕	朝   夕	朝   夕	朝   夕	朝   夕	朝   夕	朝   夕	朝   夕	朝   夕	朝   夕	朝   夕	朝   夕	
	800															
	750															
	700															
	650															
	600															
	550															
	500															
	450															
	400															
	350															
	300															
	250															
	200															
	150															
	100															
	50															
	今週のコメント		●今週の最良値[ ℓ/min]							●今週の最良値[ ℓ/min]						
	担当医コメント															