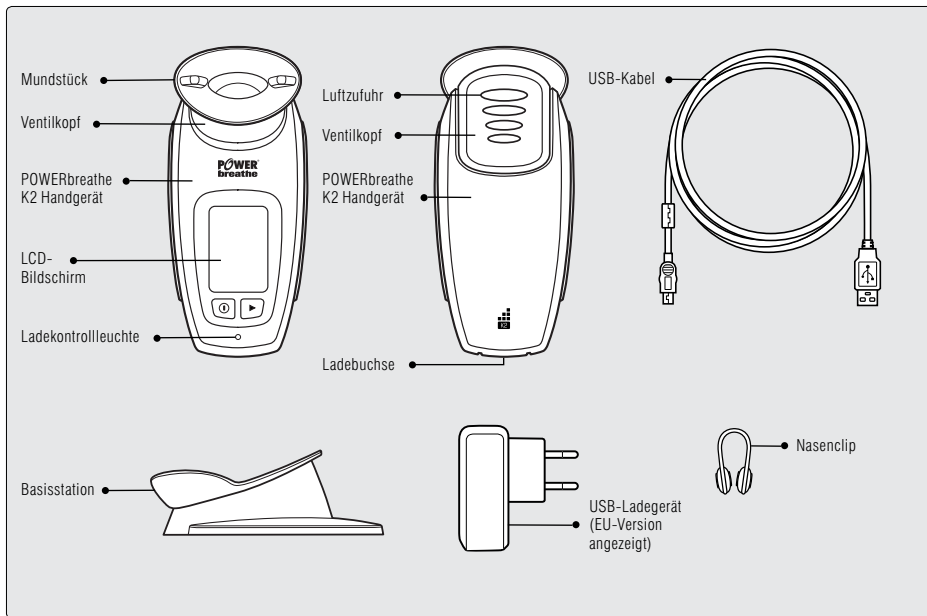


Inhalt

1. Produktbeschreibung.....	38	8. Nach dem Training	57
2. Einführung	39	8.1 Ansicht der Trainingsergebnisse	57
3. Vorsichtsmaßnahmen.....	40	8.2 Über die Trainingsergebnisse	58
4. Schnellreferenz.....	42	9. Testmodus	60
5. Allgemeines	44	9.1 Durchführung eines Tests	60
5.1 Ladevorgang	44	9.2 Über die Testergebnisse.....	61
5.2 Schaltflächen und Displaysymbole.....	45	10. Pflege und Wartung.....	62
5.3 Menü System.....	46	10.1 Reinigung.....	62
6. Vor dem Training	47	10.2 Blockierter Ventilkopf.....	63
6.1 Profil.....	47	10.3 Aufbewahrung.....	63
6.2. Einstellung der Trainingsbelastung	47	10.4 Kalibrierung.....	63
6.3 Automatische Einstellung.....	48	11. Technische Spezifikationen	64
6.4 Manuelle Einstellung.....	49	12. Entsorgung	66
6.5 Geschwindigkeitssteuerung der Atmung	50	13. Über das Training der inspiratorischen Muskeln.....	67
6.6 Anleitung zur Deaktivierung der Geschwindigkeitssteuerung	51	14. Fehlerbehebung und häufig gestellte Fragen	68
6.7 Deaktivierung der Schaltflächentöne	51	15. Garantie	71
7. Training.....	52	16. Ansprechpartner Kundenservice	72
7.1 Beginn einer Trainingseinheit.....	52		
7.2 Richtiges Halten des Geräts.....	53		
7.3 Atemtechnik.....	54		
7.4 Verwendung des Nasenclips.....	55		
7.5 Beibehaltung der Atmung.....	55		

1. Produktbeschreibung



2. Einführung

Sehr geehrter Kunde,

vielen Dank, dass Sie sich für den elektronischen inspiratorischen Muskeltrainer POWERbreathe K2 entschieden haben.

Der POWERbreathe K2 stärkt Ihre Atemmuskeln und hilft somit, die Atemlosigkeit während sportlicher oder sonstiger Aktivitäten zu reduzieren. Dies gilt sowohl für begeisterte Sportler als auch für Personen, die an chronischen Erkrankungen der Atemwege leiden, wie zum Beispiel COPD (chronisch obstruktive Lungenerkrankung) und Asthma.

Der POWERbreathe K2 verwendet ein elektronisch gesteuertes Ventil mit rascher Reaktionszeit, mit dem ein Inhalationswiderstand geschaffen wird. Dadurch wird die Atemmuskulatur gestärkt, da sie deutlicher belastet wird; dies hat den gleichen Effekt wie Hanteltraining für eine stärkere Armmuskulatur. Beim Einatmen durch den POWERbreathe K2 werden Sie feststellen, dass die Inhalation immer anstrengender wird. Dies ist die Folge des Widerstandstrainings, dass die bei der Einatmung beanspruchten Muskeln stärkt (vor allem das Zwerchfell und die Brustkorbmuskulatur). Beim Ausatmen gibt es keinen Widerstand. Sie können also normal ausatmen und Ihre Brust- und Atemmuskulatur entspannen, indem Sie auf natürliche Art und Weise die Luft aus Ihren Lungen strömen lassen.

Der Trainingswiderstand des POWERbreathe K2 wurde speziell entwickelt, um sich den dynamischen Veränderungen der Stärke der Atemmuskeln während Ihrer Atmung anzupassen und kann sich zu Beginn einer jeden Trainingseinheit automatisch an Ihre stärker gewordene Atemwegsmuskulatur anpassen. Die Trainingsergebnisse werden auf einem Bildschirm angezeigt, sodass Sie Ihren Trainingsfortschritt nachvollziehen und Ihre Trainingstechniken optimieren können.

Das POWERbreathe K2 Trainingssystem, bestehend aus *30 Atemzügen zweimal täglich*, nimmt jeden Tag nur ein paar Minuten in Anspruch. Bei ordnungsgemäßer Anwendung sollten Sie bereits nach einigen Wochen deutliche Ergebnisse spüren.

Um sicher zu stellen, dass Sie den POWERbreathe K2 optimal nutzen, lesen Sie bitte diese Anleitung sorgfältig durch und nehmen Sie sich ausreichend Zeit, sich an die Übungen zu gewöhnen.

3. Vorsichtsmaßnahmen



Der POWERbreathe Kinetic ist für fast jeden geeignet und hat bei ordnungsgemäßer Anwendung keinerlei Nebenwirkungen. Wir bitten Sie, sich die nachstehenden Vorsichtsmaßnahmen gründlich durchzulesen, um sicherzustellen, dass Sie den POWERbreathe Kinetic sicher und ordnungsgemäß anwenden.

Kontraindikationen:

Das Training der inspiratorischen Muskeln, wie das Training mit dem POWERbreathe Kinetic führt zu einem negativen Druck im Brustkorb, in der Kehle, den Ohren und den Nebenhöhlen. Sie sollten den POWERbreathe nicht verwenden, wenn Sie an folgenden Symptomen leiden:

- Wenn es bei Ihnen bereits zu einem Spontanpneumothorax gekommen ist (ein Kollabieren der Lunge, das nicht in Folge einer traumatischen Verletzung, wie z.B. einer gebrochenen Rippe entstanden ist).
- Ein Kollabieren der Lunge aufgrund einer traumatischen Verletzung, die noch nicht vollständig ausgeheilt ist.
- Ein geplatztes Trommelfell, das noch nicht vollständig ausgeheilt ist, oder jegliche andere Verletzung des Trommelfells.

Bestimmungsgemäße Verwendung

- Der POWERbreathe Kinetic wurde ausschließlich für das Training Ihrer inspiratorischen Muskeln entwickelt. Von jeglicher anderweitigen Verwendung wird abgeraten.
- Dieses Produkt dient nicht der Diagnose, Überwachung, Behandlung, Heilung oder Vorbeugung jeglicher Krankheiten.
- Der POWERbreathe sollte nicht von Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten verwendet werden, sofern diese nicht von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person beaufsichtigt werden, beziehungsweise entsprechende Anweisungen zur Verwendung des Geräts erhalten haben.

- Jugendliche unter 16 Jahren sollten den POWERbreathe Kinetic nur unter Aufsicht eines Erwachsenen verwenden.
- Der POWERbreathe Kinetic enthält verschluckbare Einzelteile und ist daher nicht für Kinder unter 7 Jahren geeignet.

Achtung:

- Wenn Sie sich während des Trainings mit dem POWERbreathe benommen oder schwindlig fühlen, sollten Sie Ihre Atmungsfrequenz verlangsamen oder eine Pause einlegen, bis Sie sich wieder erholt haben.
- Wenn Sie unter einer Erkältung, Nebenhöhlenentzündung oder einer Infektion der Atemwege leiden, ist es ratsam, den POWERbreathe Kinetic erst dann wieder zu verwenden, wenn die Symptome abgeklungen sind.
- Bei einigen Nutzern kann es während des Trainings mit dem POWERbreathe Kinetic zu einem unangenehmen Gefühl in den Ohren kommen, vor allem wenn diese gerade eine Erkältung auskurieren. Dies ist die Folge eines unzureichenden Druckausgleichs zwischen dem Mund und den Ohren. Wenn die Symptome weiterhin bestehen bleiben, bitten wir Sie, einen Arzt zu Rate zu ziehen.
- Um eine potenzielle Übertragung von Infektionen zu vermeiden, empfehlen wir Ihnen, dass Sie das POWERbreathe Kinetic Mundstück oder den Ventilkopf nicht mit anderen Nutzern, auch nicht mit Familienmitgliedern, teilen.
- Während des Trainings mit dem POWERbreathe Kinetic sollten Sie bei der Inhalation einen Widerstand spüren; dies sollte jedoch keinerlei

Schmerzen bereiten. Wenn Sie bei der Verwendung des POWERbreathe Kinetic Schmerzen haben, brechen Sie die Anwendung sofort ab und suchen Sie einen Arzt auf.

- Nehmen Sie keinerlei Veränderung bei der Einnahme verschriebener Medikamente oder an einer verschriebenen Behandlung vor, ohne dies vorher mit Ihrem Arzt abzusprechen.
- Der POWERbreathe wurde in einem hygienischen Umfeld hergestellt. Der POWERbreathe wird jedoch nicht keimfrei geliefert - wir raten Ihnen deshalb, das Mundstück vor der ersten Verwendung zu reinigen.
- Verwenden Sie den POWERbreathe Kinetic nicht, wenn Sie zeitgleich anderweitig aktiv sind, z. B. beim Laufen, Joggen oder Fahren.
- Wenn Sie einen Schrittmacher oder ein anderes medizinisches Implantat haben, das Magnete oder Elektronik enthält, konsultieren Sie vor der Verwendung dieses Produkts zunächst Ihren Arzt.

Wenn Sie in Bezug auf die Eignung des POWERbreathe für Sie persönlich Zweifel haben oder Sie an gesundheitlichen Problemen leiden, ziehen Sie bitte Ihren Arzt zu Rate.

Achtung:

- Verwenden Sie nur den mitgelieferten Netzadapter (DCH3-050UK/EU/US/AU-0004).
- Der Adapter enthält einen Wandler. Schalten Sie den Adapter nicht einfach ab, um diesen mit einem anderen Stecker zu ersetzen, da dies

eine Gefahrensituation darstellt.

- Der Adapter wandelt die Netzspannung (100-240 Volt) in eine sichere Spannung (5V) um.
- Stellen Sie sicher, dass der Adapter nicht nass wird.
- Verwenden Sie keinen beschädigten Adapter.
- Ziehen Sie stets den Stecker Ihres POWERbreathe, ehe Sie das Gerät reinigen.

Elektromagnetische Felder (EMF):

Der POWERbreathe Kinetic entspricht den medizinischen Normen in Bezug auf elektromagnetische Felder (EN 60601-1-2). Bei bestimmungsgemäßer Handhabung und Nutzung entsprechend der Anweisungen dieses Nutzerhandbuchs ist die Verwendung dieses Geräts sicher.

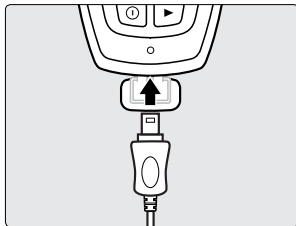
Handhabung:

- Lassen Sie den POWERbreathe Kinetic nicht fallen, bauen Sie das Gerät nicht auseinander, öffnen, brechen, knicken, verformen, zerstechen, zerkleinern Sie es nicht, legen Sie es nicht in die Mikrowelle, verbrennen oder bemalen Sie es nicht und fügen Sie keinerlei fremde Objekte in den POWERbreathe Kinetic ein.
- Der Ventilkopf des POWERbreathe Kinetic wurde für eine regelmäßige Reinigung und Sterilisation entwickelt (siehe Abschnitt 10.1), um die Hygiene zu bewahren und den korrekten Betrieb sicherzustellen. Das POWERbreathe Kinetic Handgerät ist jedoch nicht wasserdicht und sollte nicht in Flüssigkeit eingetaucht oder dieser anderweitig ausgesetzt werden.

4. Schnellreferenz

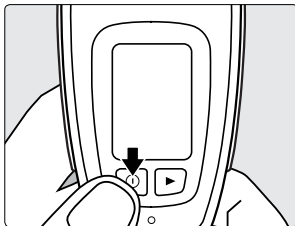


Dieser Abschnitt dient nur Schnellreferenzzwecken. Wir empfehlen Ihnen, das komplette Nutzerhandbuch zu lesen, ehe Sie mit dem ersten Training beginnen.





1. Aufladen

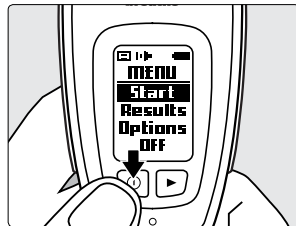
Stecken Sie das mitgelieferte Mini-USB-Ladegerät in die Steckdose. Lassen Sie es 16 Stunden lang vollständig aufladen - die rote LED-Leuchte erlischt, wenn das Gerät komplett geladen ist.



2. Einschalten

Drücken und halten Sie die  Schaltfläche ca. 1 Sekunde lang. Warten Sie einen Augenblick, **MENU** bis sich der Bildschirm einschaltet.

 *Wenn Sie das Gerät zum ersten Mal einschalten, werden Sie gebeten Ihre persönlichen Angaben einzugeben, ehe Sie mit der Nutzung fortfahren.*



3. Start des Trainingsmodus

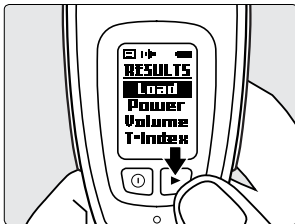
Stellen Sie sicher, dass das Mundstück und der Ventilkopf korrekt mit dem Handgerät verbunden sind, wie in Abschnitt 7.1 dargestellt. Drücken Sie  auf dem **MENU** Bildschirm, um **Start** auszuwählen.



4. Atmen Sie so kräftig, schnell und tief wie möglich ein.

Atmen Sie so schnell und tief wie möglich durch das Mundstück ein. Atmen Sie nun langsam aus, bis sich Ihre Lungen komplett leer anfühlen. Warten Sie anschließend auf den Piepton (Sie müssen den POWERbreathe bei der Ausatmung nicht im Mund behalten, wenn Sie dies nicht möchten). Wiederholen Sie dies 30 komplette Atemzüge lang.

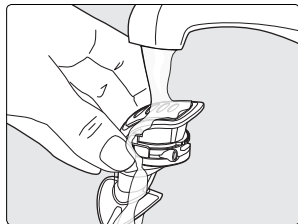
● *Genauere Einzelheiten zu den Atemtechniken finden Sie unter Abschnitt 7.3.*



5. Ergebnisse einsehen

Wenn Sie 30 Atemzüge abgeschlossen haben, erscheint automatisch das **RESULTS** (Ergebnis-)Menü auf dem Bildschirm. Scrollen Sie zwischen den verschiedenen Ergebnisoptionen (**Load**, **Power**, **Volume**, **T-Index**) hin und her. Verwenden Sie dazu die Schaltfläche ► und drücken Sie dann ⓘ um sich das markierte Ergebnis anzeigen zu lassen.

ⓘ *Weitere Informationen zur Ansicht der Trainingsergebnisse finden Sie unter Abschnitt 8.1.*



6. Reinigung des Ventilkopfs

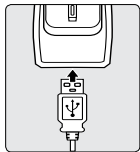
Sobald Sie Ihre Trainingseinheit beendet haben ist der Ventilkopf zu entfernen und in warmes Wasser zu legen. Spülen Sie den Ventilkopf anschließend gründlich mit fließendem, warmem Wasser ab und legen Sie ihn zum Trocknen auf ein sauberes Tuch.

ⓘ *Genauere Einzelheiten zur Reinigung finden Sie in Abschnitt 10.1.*

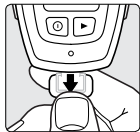
5. Allgemeines

5.1 Ladevorgang

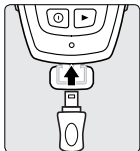
Entnehmen Sie den POWERbreathe Kinetic und den Netzadapter der Verpackung. Für eine tragbare Verwendung ist der POWERbreathe unter Einhaltung der nachstehenden Anleitungen aufzuladen. Alternativ kann der POWERbreathe anhand des mitgelieferten Netz-/Ladeadapters verwendet werden, wenn das Gerät an das Stromnetz angeschlossen ist.



1. Stecken Sie das USB-Kabel in den Adapter und diesen anschließend in eine geeignete Steckdose.



2. Entfernen Sie die Abdeckung von der Ladebuchse an der Unterseite des Geräts.



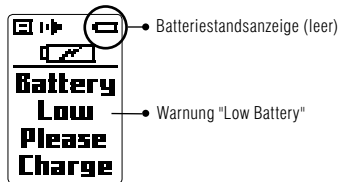
3. Schließen Sie das andere Ende des USB-Kabels am unteren Ende des Geräts an. Die rote Lade-LED leuchtet auf, um anzuzeigen, dass sich das Gerät auflädt.

4. Sobald die rote Ladeleuchte erloschen ist (nach 16 Stunden), kann der Netzadapter aus der Steckdose und von der Unterseite des Geräts entfernt werden. Bringen Sie nun die Abdeckung der Ladebuchse wieder an der Unterseite des Geräts an. Der POWERbreathe Kinetic kann nun kabellos verwendet werden.

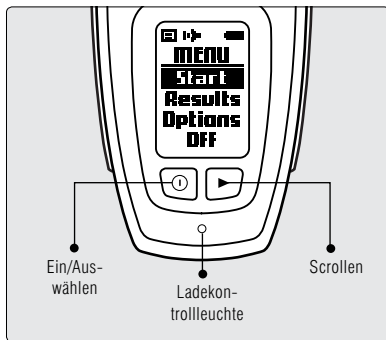
i Der POWERbreathe Kinetic kann auch von einem PC oder Laptop aus geladen werden. Hierfür ist der USB-Anschluss mit dem gelieferten Mini-USB-Adapterkabel zu verwenden.




Warnung "Low Battery":

Laden Sie die Batterie wieder auf, wenn der Anzeige entnommen werden kann, dass die Batterie leer ist, oder wenn die Warnung "Low Battery" erscheint.



5.2 Schaltflächen und Displaysymbole



Um den POWERbreathe Kinetic anzuschalten, drücken Sie die Schaltfläche  und halten Sie diese mindestens 1 Sekunde lang gedrückt. Um den POWERbreathe Kinetic auszuschalten, scrollen Sie zur Option **OFF** unter der Bildschirmanzeige **MENU**. Verwenden Sie dazu die Schaltfläche  und wählen Sie die gewünschte Option durch Betätigung der Schaltfläche  aus. Alternativ schaltet sich der POWERbreathe Kinetic automatisch ab, wenn das Gerät 5 Minuten lang nicht verwendet wurde.

Displaysymbole:

-  Automatische Einstellung
-  Manuelle Einstellung

-  Schaltfläche Ton An
-  Schaltfläche Ton aus

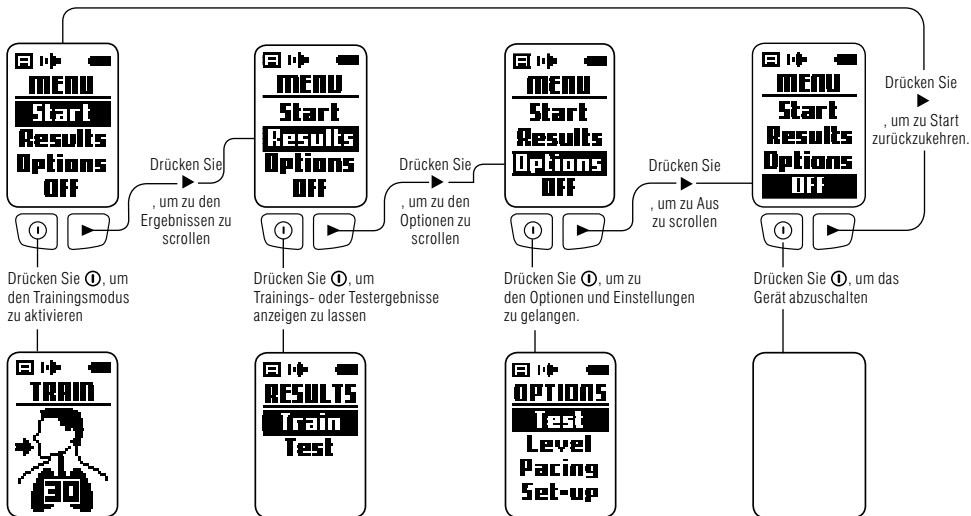
-  Batterie vollständig geladen
-  Batterie leer

-  Netzanschluss vorhanden

-  Anzahl der verbleibenden Atemzüge in der aktuellen Trainingseinheit

5.3 Menü System

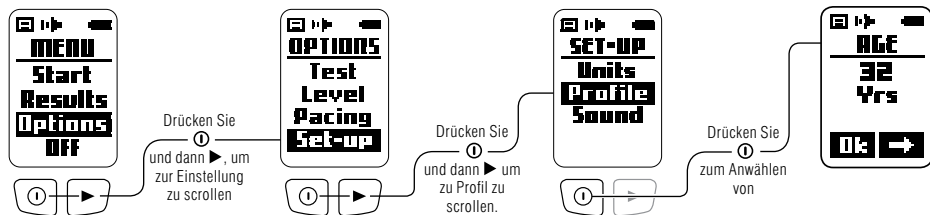
Der POWERbreathe Kinetic verfügt über ein LCD-Menüsystem, mit dem zwischen den verschiedenen Einstellungen navigiert und Trainingsergebnisse eingesehen werden können. Verwenden Sie die Schaltfläche ►, um zwischen den verschiedenen Optionen zu wechseln. Mit der Schaltfläche ⓘ kann die hervorgehobene Option ausgewählt werden. Um zur vorherigen Bildschirmansicht zurückzukehren, scrollen Sie mit der Schaltfläche ► unter die letzte Option auf einer Bildschirmansicht.



6. Vor dem Training

6.1 Profil

Wenn Sie den POWERbreathe Kinetic zum ersten Mal einschalten, werden Sie aufgefordert, die Maßeinheiten (**UNITS**), Ihr Alter (**AGE**), Ihr Gewicht (**WEIGHT**), Ihre Größe (**HEIGHT**) und Ihr Geschlecht (**GENDER**) anzugeben. Diese Informationen dienen der Bewertung der Stärke Ihrer inspiratorischen Muskeln und geben Ihnen Feedback zu Ihrer Leistung. Diese Informationen können jederzeit bearbeitet werden, indem Sie **Profile** im Menü **SET-UP** auswählen.




i Hinweis: Wenn Sie die Maßeinheiten für Ihre Profilinformationen ändern möchten, wählen Sie die Option **Units** im Menü **SET-UP** und wählen Sie dann zwischen **kg/cm** oder **lbs/in**. Dies hat keinerlei Einfluss auf die Maßeinheiten, die für die Anzeige der Ergebnisse verwendet werden.

6.2. Einstellung der Trainingsbelastung

Die Trainingsbelastung (Inhalationswiderstand) kann individuell angepasst werden. Sie muss auf eine für den jeweiligen Nutzer angemessene Stufe eingestellt werden, sodass die Muskeln, die bei der Atmung beansprucht werden, effektiv trainiert werden können. Um bestmögliche Trainingsergebnisse zu erzielen, sollten Sie auf einer Stufe trainieren, bei der Sie glauben, dass Sie die komplette Einheit von 30 Atemzügen gerade so bewältigen können. Das Training sollte anstrengend sein - je mehr Einsatz Sie beim Training zeigen, desto größer werden auch die Erfolge sein, die Sie damit erzielen. Der POWERbreathe Kinetic ist mit zwei verschiedenen Methoden für die Einstellung der Belastung ausgestattet: automatisch (**Auto**) und nutzerspezifisch (**Manual**).


6.3 Automatische Einstellung

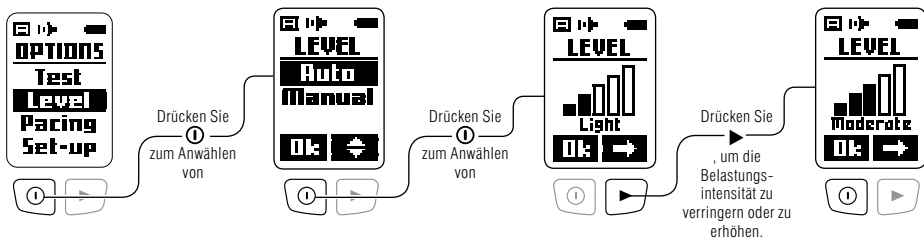


Der POWERbreathe Kinetic befindet sich standardmäßig im automatischen Einstellungsmodus (wird vom Symbol  angezeigt). Wenn die automatische Einstellung ausgewählt wurde, schätzt das Gerät automatisch die für Sie erforderliche Belastung zu Beginn einer jeden Trainingseinheit ab. Mit dieser Methode kann das Gerät die Trainingsbelastung zu Beginn jeder neuen Trainingseinheit und entsprechend der Stärke Ihrer Atemwegsmuskulatur einstellen.

Die automatische Einstellung der Belastung findet während der ersten beiden Atemzüge einer jeden Trainingseinheit statt. Während dieser beiden Atemzüge gibt es keinen Widerstand und Sie sollten so **schnell** und **tief** wie möglich einatmen, um sicherzustellen, dass der POWERbreathe Kinetic Ihre maximale Atemfähigkeit messen kann – weitere Informationen hierzu finden Sie im Abschnitt "Atemtechniken" im Kapitel "Training" dieses Nutzerhandbuchs.

Anpassung der Trainingsintensität

Bei Verwendung des automatischen Einstellungsmodus kann es sein, dass die Trainingsbelastungsintensität zu hoch oder zu niedrig ist, sodass es Ihnen zu schwer oder zu leicht fällt, durch das Gerät zu inhalieren. Um die Belastungsintensität einzustellen, gehen Sie auf den Bildschirm **LEVEL**, indem Sie die nachstehenden Schritte befolgen. Verwenden Sie die Schaltfläche , um die Belastungsintensität zu erhöhen oder zu verringern, bis diese sich auf einem angemessenen Niveau befindet. Im Trainingsmodus sollte die Belastung auf eine Stufe eingestellt sein, bei der Sie glauben, dass Sie die komplette Einheit von 30 Atemzügen gerade so bewältigen können.



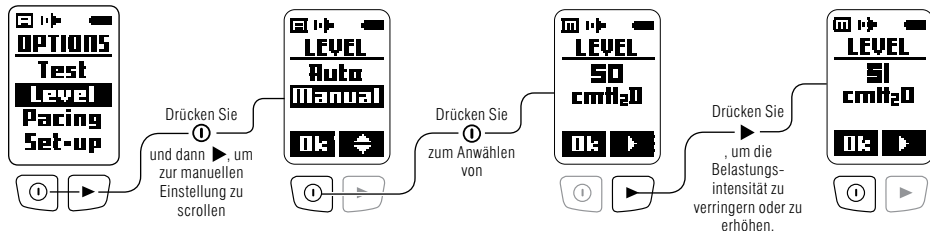
6.4 Manuelle Einstellung



Die manuelle Einstellung ermöglicht es Ihnen, die Trainingsbelastung selbst einzustellen und diese Belastung manuell anzupassen, wenn Ihre Atemmuskulatur stärker wird oder wenn Sie dies für erforderlich erachten, um die Trainingsintensität beizubehalten. Einige Nutzer ziehen das höhere Maß an Kontrolle über die Belastungsintensität, das diese Methode bietet, der automatischen Einstellung vor.

Anpassung der Trainingsintensität

Sobald Sie den manuellen Einstellungsmodus gewählt haben, müssen Sie die Belastung eingeben, mit der Sie trainieren möchten. Um dies zu tun, gehen Sie auf den Bildschirm **LEVEL**, indem Sie die nachstehenden Schritte befolgen. Erhöhen Sie die Trainingsbelastung, indem Sie die Schaltfläche ► drücken (drücken und halten Sie diese, um schnell zu scrollen; scrollen Sie bis unter die maximale Belastung von 200 cmH₂O, um erneut zu starten).



Bei Verwendung der manuellen Einstellung kann es unter Umständen einige Zeit in Anspruch nehmen, bis Sie Ihre ideale Trainingsstufe gefunden haben. Versuchen Sie, die Belastung bei jedem Training mit dem POWERbreathe schrittweise um ca. 5 bis 10 cmH₂O zu erhöhen, bis Sie eine Stufe erreicht haben, bei der Sie eine komplette Trainingseinheit von 30 Atemzügen gerade so bewältigen können. Im Laufe der Zeit werden Sie merken, dass es immer leichter wird, die 30 Atemzüge auf dieser Stufe zu bewältigen, da Ihre Atemwegsmuskulatur gestärkt wird. Immer wenn dies der Fall ist, sollten Sie die Trainingsstufe um ca. 5 cmH₂O erhöhen, um die Trainingsintensität beizubehalten.

6.5 Geschwindigkeitssteuerung der Atmung

⚠ *Diese Eigenschaft dient nur der Anleitung. Wenn Sie sich schwindlig oder benommen fühlen, versuchen Sie, Ihre Atmung zu verlangsamen oder legen Sie eine Pause ein. Gleichmaßen sollten Sie, wenn Sie glauben, nicht langsam genug atmen zu können, um den Piepton abzuwarten, einfach in einem Tempo weiteratmen, das für Sie angenehm ist.*



Pausieren Sie am Ende der Ausatmung bis der Piepton ertönt, und wiederholen Sie den Vorgang dann.

**Gesamtzeit für einen Atemzug
= 4,5 Sekunden oder mehr**

Atmen Sie langsam und tief aus

Atmen Sie schnell und tief ein

POWERbreathe ist mit einem adaptiven Geschwindigkeitssteuerungsfeature ausgestattet, das die Nutzer dahingehend steuert, dass diese in einer angemessenen Geschwindigkeit atmen (siehe auch Abschnitt 7.3 Atemtechnik). Dies ist wichtig, um einem Schwindelgefühl in Folge einer zu schnellen Atmung (Hyperventilation) während der Atemübungen vorzubeugen.

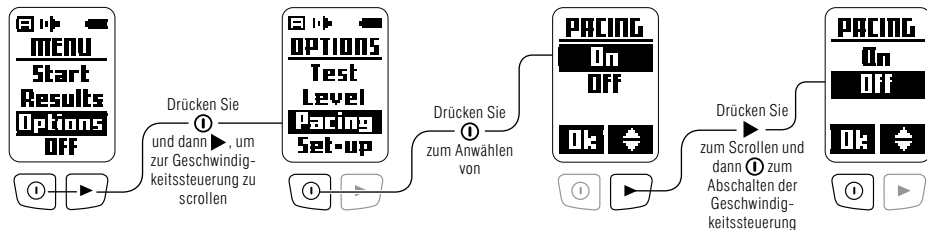
Während der Atmung durch den POWERbreathe im Zuge einer Trainingseinheit werden Sie einen Piepton hören, der mindestens 4,5 Sekunden nach Beginn der Inhalation erklingt. Versuchen Sie, erst dann mit der nächsten Inhalation zu beginnen, wenn Sie diesen Ton vernommen haben. Der Piepton erklingt nicht während der Ein- oder Ausatmung, sondern nur dann, wenn Sie mit einem Atemzug fertig sind.

Wenn es länger als 4,5 Sekunden gedauert hat, bis Sie einen Atemzug beendet haben, ertönt der Piepton dann, wenn Sie mit dem Ausatmen fertig sind. In solch einem Fall können Sie unmittelbar mit der Einatmung fortfahren. Wenn Sie den Atemzug in weniger als 4,5 Sekunden beendet haben, sollten Sie kurz pausieren und Ihre Atmung anhalten, bis Sie den Piepton vernommen haben, oder bis Sie das Bedürfnis haben, wieder zu atmen. Beginnen Sie dann erneut mit der Einatmung. Wenn Sie schneller als 4,5 Sekunden pro Atemzug atmen möchten, werden Sie den Piepton zur Geschwindigkeitssteuerung nicht hören.

Versuchen Sie, immer so **schnell** und **tief** wie möglich einzuatmen; atmen Sie jedoch so **langsam** und **tief** wie möglich aus, sodass die Zeit zwischen den Atemzügen lang ist.

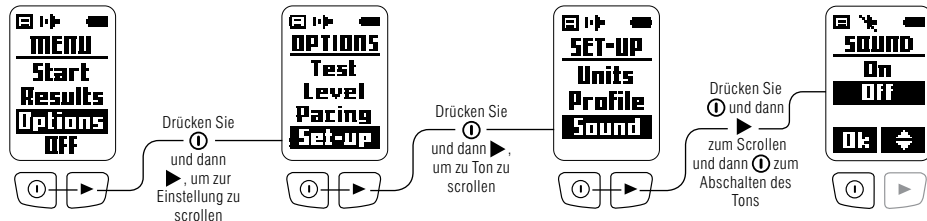
6.6 Anleitung zur Deaktivierung der Geschwindigkeitssteuerung

Wenn Sie Ihre eigenen Atemmuster während einer Trainingseinheit selbst regulieren möchten, können Sie das Geschwindigkeitssteuerungsfeature deaktivieren. Um dies zu tun, gehen Sie auf den **PACING** Bildschirm und wählen Sie **OFF**, indem Sie nachstehende Schritte befolgen.



6.7 Deaktivierung der Schaltflächentöne

Die Schaltflächen-Töne können deaktiviert werden, indem Sie auf den **SOUND** Bildschirm gehen und **OFF** auswählen, indem Sie nachstehender Schalterabfolge folgen.



7. Training

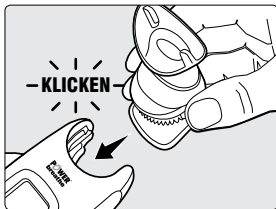
Der POWERbreathe K2 erzeugt einen Inhalationswiderstand, um die Muskeln zu trainieren, die beim Atmen beansprucht werden (vor allem das Zwerchfell und die Brustkorbmuskulatur). Der Widerstand (oder die Belastung) stärkt die Atemmuskeln, da diese deutlicher belastet werden; dies hat den gleichen Effekt wie Hanteltraining für eine stärkere Armmuskulatur. Durch das Trainieren dieser Muskeln wird die Atemlosigkeit während sportlicher Tätigkeiten oder anderer Aktivitäten verbessert und die Leistungsfähigkeit gesteigert.

Der empfohlene POWERbreathe Trainingsablauf besteht aus **30 Atemzügen, zweimal täglich** (morgens und abends).

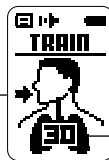
Dies summiert sich zu ungefähr 5 Trainingsminuten am Tag. Die nachstehend erläuterten Schritte 7.1 bis 7.3 leiten Sie durch Ihre Trainingseinheit.

7.1 Beginn einer Trainingseinheit

Um mit einer Trainingseinheit zu beginnen, müssen Sie sicherstellen, dass der Ventilkopf sicher angebracht wurde. Wählen Sie anschließend **Start** auf der **MENU** Hauptbildschirmansicht aus.



Drücken Sie
①
zum Anwählen
von

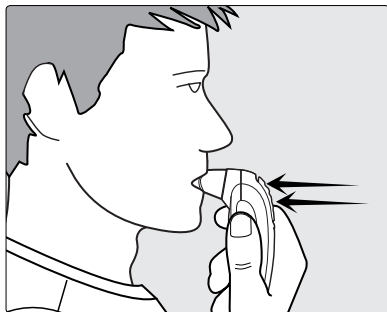


Anzahl der verbleibenden Atemzüge

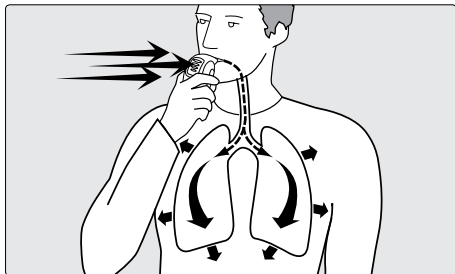
i Beim Anwählen von **Start** öffnet und schließt sich das Ventil, um die Ventilposition zurückzusetzen.

7.2 Richtiges Halten des Geräts

Stellen oder setzen Sie sich aufrecht hin und entspannen Sie sich. Halten Sie das Gerät so, dass Ihre Hand das untere Ende des Geräts fest umfasst; Ihre Finger und der Daumen sollten sich auf den farbigen Gummigriffleisten befinden. Ihre Hand darf den Lufteinlass nicht bedecken. Nehmen Sie das Gerät dann in den Mund. Ihre Lippen sollten dabei die äußeren Blenden fest umschließen, sodass keinerlei Luft durchdringen kann, und der Bissaufsatz des Mundstücks sollte fest zwischen Ihrem Ober- und Unterkiefer sitzen.



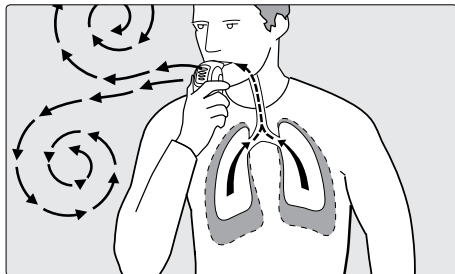
7.3 Atemtechnik



Atmen Sie so kräftig, schnell und tief wie möglich ein.

Atmen Sie so weit aus, wie Sie können, und atmen Sie anschließend **schnell und tief** durch das Mundstück ein. Nehmen Sie so schnell wie möglich so viel Luft wie möglich auf, richten Sie Ihren Rücken auf und dehnen Sie beim Einatmen Ihren Brustkorb aus.

i *Das eigentliche Training findet während der Einatmung statt. Es ist wichtig, dass Sie diese Atemtechnik befolgen, um Ihre Atmung zu verbessern.*



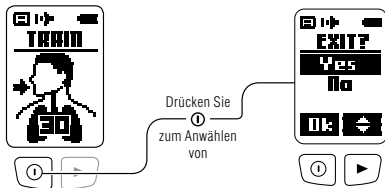
Atmen Sie langsam aus.

Atmen Sie nun **langsam und passiv** durch Ihren Mund aus, bis sich Ihre Lungen komplett leer anfühlen; entspannen Sie dabei die Muskeln im Brustkorb- und Schulterbereich. Halten Sie Ihre Atmung an, bis Sie den Piepton hören (siehe 6.5 Geschwindigkeitssteuerung Ihrer Atmung) oder bis Sie den Drang verspüren, wieder einatmen zu müssen. Wenn es für Sie angenehmer ist, können Sie das Gerät während der Ausatmung aus Ihrem Mund entfernen und vor der Einatmung wieder in den Mund nehmen.

! *Es ist wichtig, dass Sie langsam ausatmen, um ein Schwindelgefühl aufgrund von Hyperventilation zu vermeiden. Wenn Sie sich benommen fühlen, sollten Sie Ihre Atmung verlangsamen oder eine Pause einlegen.*

Versuchen Sie mit der beschriebenen Atemmethode 30 Atemzüge auszuführen. Die ersten beiden Atemzüge fühlen sich leicht an; wenn Sie jedoch durch das Gerät weiter ein- und ausatmen, wird es Ihnen immer schwerer fallen, einzuatmen. Dies ist bedingt durch den immer stärker werdenden Trainingswiderstand.

Sie müssen sich unter Umständen erst an die Atemübungen gewöhnen und eine kleine Pause einlegen. Sie können den POWERbreathe K2 auch aus dem Mund nehmen, um die Anzahl an verbleibenden Atemzügen für die entsprechende Trainingseinheit auf dem Display zu überprüfen. Um mit dem Training fortzufahren müssen Sie lediglich das Gerät wieder in den Mund nehmen und weiter atmen. Um eine Trainingseinheit abzubrechen, drücken Sie **1** und wählen Sie anschließend **Yes** durch erneutes Drücken der Schaltfläche **1** aus. Sobald Sie 30 Atemzüge beendet haben, piepst der POWERbreathe K2, um Ihnen das Ende der Trainingseinheit anzuzeigen, und das Ventil öffnet sich.



Die Atmung gegen die Trainingsbelastung sollte anstrengend sein, jedoch keinerlei Schmerzen verursachen. Um die größtmöglichen Vorteile aus dem Training herauszuholen, ist es wichtig, dass die eingestellte Belastungsstufe Ihren persönlichen Trainingsanforderungen entspricht (siehe 6.2 Einstellung der

Trainingsbelastung). Es ist ferner wichtig, dass Sie die korrekte Atemtechnik anwenden, um die Trainingsergebnisse zu maximieren und ein Schwindelgefühl aufgrund von Hyperventilation zu vermeiden.

7.4 Verwendung des Nasenclips

POWERbreathe wird zusammen mit einem Nasenclip geliefert, der Ihnen das Atmen durch den Mund anstatt durch die Nase erleichtert. Dies ist jedoch nicht unbedingt notwendig und manche Personen finden es angenehmer, ohne diesen Nasenclip zu trainieren.



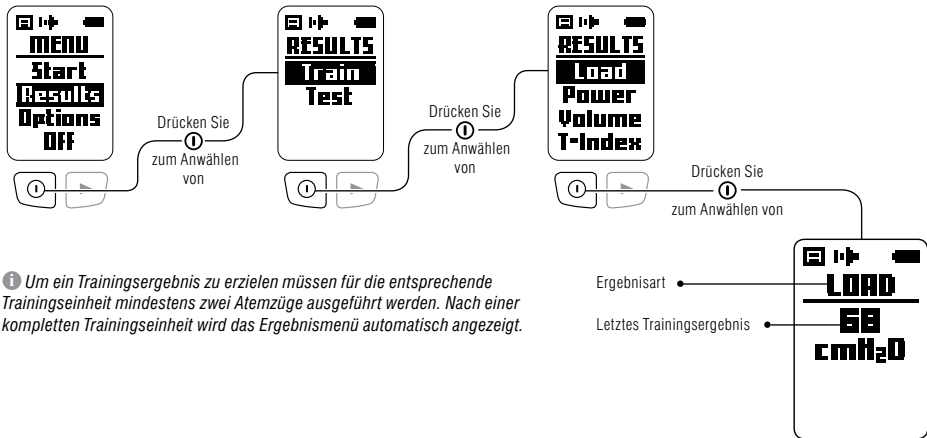
7.5 Beibehaltung der Atmung

Nach vier bis sechs Wochen Training von jeweils 30 Atemzügen zweimal täglich sollte sich Ihre Atemmuskulatur deutlich verbessert haben und Sie sollten bei sportlicher Betätigung weniger Atemlosigkeit verspüren (siehe Abschnitt 13 Über das Training der inspiratorischen Muskeln). Wenn dies erreicht wurde, müssen Sie den POWERbreathe Kinetic nicht mehr täglich verwenden, um Ihre Atmung zu verbessern. Wenn Sie den POWERbreathe Kinetic jeden zweiten Tag zweimal verwenden ist dies völlig ausreichend, um ein besseres Lebensgefühl und eine gesteigerte Leistungsfähigkeit beizubehalten.

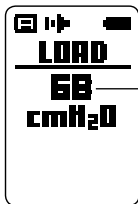
8. Nach dem Training

8.1 Ansicht der Trainingsergebnisse

Das Ergebnissystem des POWERbreathe Kinetic stellt Ihnen Feedback zu Ihren Atemtrainingseinheiten zur Verfügung. Anhand dieser Ergebnisse können Sie Ihren Trainingsfortschritt nachvollziehen. Sie haben ferner die Möglichkeit, Ihre Trainingseinheiten zu optimieren und Ihre Trainingsziele zu erfüllen. Um Ihre Trainingsergebnisse anzusehen, wählen Sie **Train** im Menü **RESULTS** und anschließend **Load**, **Power**, **Volume** oder **T-Index**



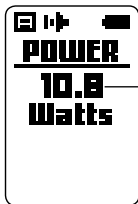
8.2 Über die Trainingsergebnisse



Belastung, die während der letzten Einheit erreicht wurde.

LOAD (BELASTUNG) ist eine Maß des Inhalationswiderstands und entspricht dem "gehobenen Gewicht" oder der Kraft, die von den inspiratorischen Muskeln während einer Trainingseinheit aufgebracht wird. Die Belastung wird in cmH_2O -Einheiten gemessen, einer Druckeinheit, die in der Atemwegsmedizin oft verwendet wird, um den in den Lungen generierten Druck, der durch die Kraft der inspiratorischen Muskeln erzeugt wird, darzustellen. Ein höheres Belastungsergebnis bedeutet, dass Sie Ihre inspiratorischen Muskeln intensiver trainieren, was zu stärkeren Muskeln führt. Stärkere inspiratorische Muskeln müssen sich weniger anstrengen, um den Anforderungen an die Atmung gerecht zu werden, was wiederum zu einer reduzierten Atemlosigkeit führt.

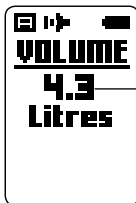
i Beim Training im automatischen Einstellungsmodus basiert die angezeigte Belastung auf der geschätzten Stärke Ihrer inspiratorischen Muskeln. Diese wird immer dann gemessen, wenn Sie eine neue Trainingseinheit abgeschlossen haben und sollte die Verbesserung Ihrer inspiratorischen Muskelstärke widerspiegeln. Wenn Sie die manuelle Einstellung verwenden, entspricht die angezeigte Belastung der von ihnen eingestellten Stufe. In diesem Fall verfolgt die Belastungsanzeige die Steigerung der Belastung, die Sie über den Bildschirm zur Stufeneinstellung manuell eingeben.



Durchschnittskraft während der letzten Einheit.

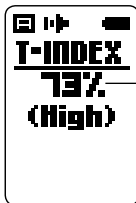
POWER (KRAFT) ist eine Messung der Muskelleistung, die die Stärke und die Geschwindigkeit der Bewegung kombiniert. Stärkere Muskeln sind auf einer bestimmten Beanspruchungsstufe resistenter gegen Erschöpfung; daher wird die Atemlosigkeit reduziert. Stärkere Muskeln sind zudem in der Lage, einen höheren Luftfluss zu generieren und können die Fähigkeit des Körpers verbessern, Milchsäure während schwerer sportlicher Betätigung zu neutralisieren. Der angezeigte Wert entspricht der Durchschnittskraft aller Atemzüge einer Trainingseinheit.

i Um das Krattergebnis Ihrer inspiratorischen Muskeln zu maximieren, sollten Sie versuchen, so schnell wie möglich einzuatmen. Vergessen Sie nicht, stets langsam auszuatmen, um eine Hyperventilation zu vermeiden.



Durchschnittsvolumen, das pro Atemzug während der letzten Trainingseinheit inhaled wurde

VOLUME (VOLUMEN) steht für die durchschnittliche Menge an Luft die pro Atemzug während einer Trainingseinheit eingeatmet wurde. Ein hoher Volumenwert zeigt an, dass Sie tief atmen und die inspiratorischen Muskeln in ihrer gesamten Bewegungsspanne trainieren. Versuchen Sie, bei jedem Atemzug einer Trainingseinheit so tief wie möglich einzuatmen, um diesen Wert zu maximieren. Ein relativ kleiner Volumenwert kann bedeuten, dass Sie auf einer zu hohen Stufe trainieren und nicht in der Lage sind, jeden Atemzug ordnungsgemäß auszuführen.



In der letzten Einheit erzielter Trainingsindex.

T-INDEX (T-INDEX) misst die Effektivität Ihrer Trainingseinheit auf Basis der eingesetzten Energie. Ein hoher Trainingsindex-Wert zeigt an, dass Sie Ihre inspiratorischen Muskeln so hart und so lange wie mögliche trainiert und somit die bestmöglichen Trainingserfolge erzielt haben. Ihr Ziel sollte es sein, einen mittleren bis hohen Trainingsindex zu erreichen, um einen guten Trainingseffekt beizubehalten.

i Um den Trainingsindex, der während einer Trainingseinheit erreicht wird, zu maximieren, sollten Sie sicher gehen, dass Sie bei jedem Atemzug so tief wie möglich einatmen und Ihre Lungen beim Einatmen komplett füllen und beim Ausatmen komplett leeren.

Überwachung der Veränderungen

Durch die Überwachung der Veränderungen von Belastung, Kraft, Volumen und Trainingsindex über einen bestimmten Zeitraum hinweg können Sie Ihre Trainingsfortschritte beobachten. Sie sollten jedoch keine sofortigen Ergebnisse erwarten – wie bei jedem anderen Training auch wird es einige Zeit dauern, bis die ersten Erfolge sichtbar sind. Seien Sie nicht enttäuscht, wenn Ihre Trainingsergebnisse von Tag zu Tag schwanken; dies ist durchaus normal und was zählt ist ein prinzipieller Trend zur Verbesserung.

9. Testmodus

Zusätzlich zum Trainingsmodus ist der POWERbreathe K2 mit einem Testmodus ausgestattet, der verwendet werden kann, um jederzeit eine schnelle Bewertung der Leistung Ihrer Atemwegsmuskulatur zu erhalten.

9.1 Durchführung eines Tests

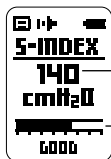
Zum Starten dieses Modus, wählen Sie **Test** im Menü **OPTIONS**. Sie werden dann aufgefordert, einen Atemzug ohne Belastung durch den POWERbreathe Kinetic zu tätigen.



Um diesen Test durchzuführen müssen Sie so weit ausatmen, wie Sie können, bis Ihre Lungen komplett leer sind. Nehmen Sie nun das Mundstück in den Mund und atmen Sie so kräftig, schnell und tief ein, wie Sie können, bis Ihre Lungen komplett gefüllt sind.

Wenn Sie den Atemzug ausgeführt haben, piept der POWERbreathe K2, um Ihnen anzuzeigen, dass der Test abgeschlossen wurde. Sie können den POWERbreathe K2 nun aus dem Mund nehmen. Das Testergebnis-Menü wird automatisch angezeigt, wenn Sie den Test beendet haben. Verwenden Sie die Schaltflächen ► und ⓪, um zwischen Ihrem **S-INDEX** (Stärkeindex), **Flow** oder **Volume** Ergebnis zu scrollen oder es anzusehen.

9.2 Über die Testergebnisse:

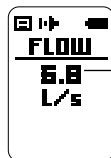


Stärkeindex

Stärkeindexbewertung

S-INDEX (Stärkeindex) ist eine Messung der Stärke Ihrer Atemwegsmuskulatur. Ihr Stärkeindexergebnis (Sehr Schlecht bis Ausgezeichnet) wird basierend auf den zu erwartenden, normalen Werten der inspiratorischen Muskelstärke einer Person Ihres Alters, Ihrer Größe, Ihres Gewichts und Ihres Geschlechts bewertet. Diese Berechnung erfolgt anhand Ihrer Profildaten (siehe Abschnitt 6.1). Wenn Sie Ihre inspiratorischen Muskeln über einen Zeitraum von mehreren Wochen hinweg trainieren, sollten Sie anhand Ihres S-Index-Ergebnisses deutliche Verbesserungen erkennen.

i Die Stärkeindexbewertung vergleicht ihre inspiratorische Muskelstärke mit der einer durchschnittlichen Person, basierend auf Forschungsergebnissen. Die inspiratorische Muskelstärke variiert jedoch von Person zu Person stark. Eine schlechte Bewertung Ihres Stärkeindex stellt nicht automatisch ein Problem dar, während ein guter Stärkeindexwert nicht automatisch bedeutet, dass das Training Ihrer inspiratorischen Muskeln Ihnen keinerlei Vorteile bringt.



Spitzenwert des
inspiratorischen
Flusses von der
Testatmung

FLOW Bei (Fluss) handelt es sich um eine Messung der maximalen Rate, nach der Sie Luft in Ihre Lungen inhalieren können. Die Messung basiert auf der maximalen gemessenen Flussrate während der Testatmung. Diese Messung zeigt die Geschwindigkeit an, mit der Ihre inspiratorischen Muskeln arbeiten können. Wenn Sie Ihre inspiratorischen Muskeln über einen Zeitraum von mehreren Wochen hinweg trainieren, sollten Sie in Ihrem Flussergebnis deutliche Verbesserungen erkennen.



Volumen der
eingatmeten
Luft während der
Testatmung

VOLUME Bei (Volumen) handelt es sich um eine Messung der während einer Testatmung inhaleden Luft. Bei Personen mit einer nachgewiesenen Schwäche der inspiratorischen Muskeln kann das Training dieser Muskeln dazu führen, dass ein größeres Volumen an Luft inhaled werden kann. Für die meisten Personen wird sich dieses Ergebnis nach dem Training nicht bedeutend verändern. Dieses Ergebnis ist jedoch zum Vergleich mit dem Ergebnis Ihres Trainingsvolumens nützlich, um zu sehen, ob Sie während der Trainingseinheiten so tief wie möglich eingatmet haben.

10. Pflege und Wartung

Der POWERbreathe Kinetic wurde so robust und haltbar wie möglich entwickelt. Mit etwas Pflege sollte Ihr POWERbreathe Kinetic lange einsatzfähig sein. Bitte lesen Sie sich folgende Hinweise sorgfältig durch, um sicherzustellen, dass Ihr POWERbreathe Kinetic in einem erstklassigen Zustand bleibt.

10.1 Reinigung

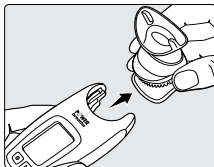
Ihr POWERbreathe Kinetic wird während der Verwendung Speichel ausgesetzt. Eine regelmäßige Reinigung ist daher erforderlich, um das Gerät in einem hygienischen und guten Betriebszustand zu halten.

Regelmäßige Reinigung

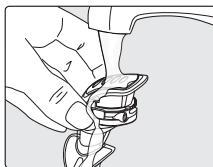
Entfernen Sie nach jedem Training den Ventilkopf von Ihrem POWERbreathe Kinetic, wie rechts dargestellt, und legen Sie diesen ungefähr zehn Minuten lang in warmes Wasser. Spülen Sie den Ventilkopf anschließend mit warmem Wasser ab. Öffnen und schließen Sie dabei das Ventil, um die Reinigung der Ventiloberflächen zu unterstützen. Schütteln Sie überschüssiges Wasser ab und legen Sie den Ventilkopf zum Trocknen auf ein sauberes Tuch.

Wischen Sie das POWERbreathe Handgerät mit einem feuchten Tuch ab. Tauchen Sie das Handgerät nicht in Wasser und halten Sie es auch nicht unter fließendes Wasser, da dies die innere Elektronik beschädigen kann.

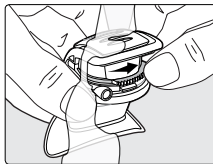
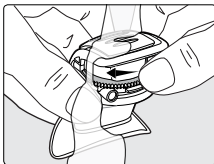
Entfernung des Ventilkopfs



Abspülen des Ventilkopfs



Rotation des Ventils, um die Säuberung zu erleichtern



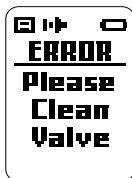
Einmal wöchentlich

Führen Sie immer denselben Vorgang durch; einmal wöchentlich sollten Sie den Ventilkopf jedoch statt in Wasser in eine milde sterilisierende Lösung legen. Die hierfür verwendete sterilisierende Lösung muss für die Verwendung mit Geräten, die in Kontakt mit dem Mundraum kommen, geeignet sein, wie z. B. Lösungen, die für Babyfläschchen verwendet werden. Wenn Sie Zweifel haben, fragen Sie Ihren Apotheker um Rat oder besuchen Sie die POWERbreathe Webseite, um weitere Informationen zu erhalten.

Halten Sie das Ventil nach der Sterilisation unter fließendes Wasser und spülen Sie es gründlich durch. Schütteln Sie überschüssiges Wasser ab und legen Sie den Ventilkopf zum Trocknen auf ein sauberes Tuch.



Verwenden Sie niemals Topfreiniger, scheuernde Reinigungsmittel oder aggressive Flüssigkeiten wie Benzin oder Aceton für die Reinigung des Gerätes. Der POWERbreathe Kinetic darf nicht in der Spülmaschine gesäubert werden.

10.2 Blockierter Ventilkopf

Wenn der Ventilkopf mit Schmutz oder Speichel blockiert wird, kann der POWERbreathe nicht ordnungsgemäß funktionieren; in einem solchen Fall wird eine Fehlermeldung angezeigt. Wenn dies der Fall ist, sollten Sie die in Abschnitt 10.1 aufgeführten Reinigungsanweisungen befolgen.

Austausch des Ventilkopfs

Um die maximale Trainingsleistung zu erzielen, empfehlen wir Ihnen, den Ventilkopf einmal jährlich auszuwechseln.

10.3 Aufbewahrung

Der POWERbreathe Kinetic ist bei einer Temperatur zwischen -10°C und 60°C aufzubewahren. Bitte lagern Sie Ihren POWERbreathe Kinetic stets in der mitgelieferten Aufbewahrungstasche oder in einem ähnlich hygienischen Behälter. Stellen Sie vor der Lagerung sicher, dass der POWERbreathe Kinetic komplett trocken ist.

10.4 Kalibrierung

Der POWERbreathe K2 sollte einmal jährlich neu kalibriert werden, um die Genauigkeit weiterhin sicherzustellen. Bitte kontaktieren Sie den Hersteller anhand der am Ende dieser Bedienungsanleitung angegebenen Kontaktdaten, um weitere Informationen zu diesem Vorgang zu erhalten.

11. Technische Spezifikationen

Belastungsdisplay	10 bis 200 cmH ₂ O
Energieanzeige:	0 bis 99,9 Watt
Volumenanzeige (Training):	0 bis 8 Liter*
Trainingsindexanzeige:	0 bis 100 %
Trainingsindexbewertung:	Niedrig, Mittel, Hoch
Stärkeindexanzeige:	0 bis 240cmH ₂ O
Stärkeindexbewertung	Sehr schlecht, schlecht, ausreichend, durchschnittlich, gut, sehr gut
Fluss:	0 bis 13 L/s*
Volumenanzeige (Test):	0 bis 8 Liter*
Genauigkeit:	Druck: ±3% Fluss: ±10% Volumen: ±10%
Auflösung:	Druck: 1 cmH ₂ O Fluss: 0,1 L/s Volumen: 0,1 L
Töne:	Scrollen/Auswählen; Geschwindigkeitssteuerung; niedriger Batteriestand; Ende der Trainingseinheit
Schaltflächen:	1x Auswahl/Ein, 1 x Scrollen
Ladevorgang:	5 V dc Netzadapter
Ladezeit:	bis zu 16 Stunden
Ladeanzeige:	Rote LED-Leuchte während des Ladevorgangs

Batteriedauer:	Ca. 60 Min. im Trainingsmodus (2 Wochen bei normalem Gebrauch)
Batterie:	3x AAA NiMH wiederaufladbar
Maße (Handgerät):	130 x 58 x 70 mm
Gewicht (Handgerät):	136 g
Lagertemperatur:	-10 bis 60
Betriebstemperatur:	5 bis 40
Sicherheit:	EN 60601-1, EN 60601-1-2
Regulierung:	Medizinisches Gerät der Klasse I (93/42/EWG)

*Gemessen zu atmosphärischen Temperatur- und Druckbedingungen

Materialien:

Mundstück:.....	Phthalat- und latexfreies PVC
Weiche Griffleisten und Versiegelungen:.....	TPE
Bildschirmabdeckung:.....	PMMA
Schaltflächen:.....	PC
Ständer:.....	PC-ABS
Getriebe:.....	Acetal
Ventilrotor:.....	PBT (PTFE gefüllt)
Ventilstator:.....	Acetal (PTFE gefüllt)
O-Ring:.....	Nitrilkautschuk
Nasclipgummi:.....	Silikon 40
Nasclipbrücke:.....	Nylon
Alle weiteren Komponenten:.....	PC-ABS

Hinweis: Sofern zutreffend entsprechen die Zusammensetzung, die Zusatzstoffe und die Eigenschaften der verwendeten Materialien den Bestimmungen der Europäischen Richtlinie zu Medizinprodukten 93/42/EEG Grundlegende Anforderungen (Anhang 1).

Erhältliches POWERbreathe Zubehör:

- Zusätzliche Ventilköpfe
- Reinigungstabletten
- POWERbreathe TrySafe Bakterien- /Virenfilter
- Filteradapter
- Gesichtsmaske

Symbole:

Dieses Symbol zeigt an, dass dieses medizinische Gerät der Klasse 1 den Bestimmungen der Europäischen Richtlinie zu Medizinprodukten (93/42/EEG) entspricht.



Dieses Symbol zeigt an, dass dieses Gerät nicht mit dem normalen Haushaltsmüll entsorgt werden darf.



Weitere Informationen erhalten Sie in den Begleitdokumenten.



Steht über der Chargennummer des Geräts.

i Die ersten vier Ganzzahlen der LOT-Kennzahl stehen für das Herstellungsjahr.

12. Entsorgung

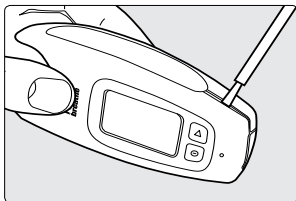


Umwelt:

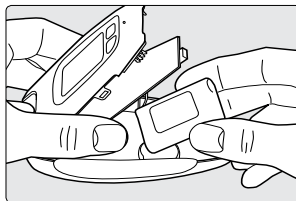
Das Symbol der durchgestrichenen Abfalltonne auf diesem Produkt zeigt an, dass es nicht als Haushaltsmüll zu entsorgen ist. Bitte helfen Sie dabei, die Umwelt zu schützen, indem Sie dieses Produkt an einer Sammelstelle für Altgeräteentsorgung abgeben. Genauere Informationen bezüglich der Wiederverwertung von elektrischen und elektronischen Altgeräten erhalten Sie von Ihrer lokal zuständigen Behörde, Ihrem Müllentsorgungsunternehmen oder in dem Laden, in dem Sie das Produkt erworben haben.

Entsorgung der Batterie:

Das integrierte, wiederaufladbare POWERbreathe Batteriepaket enthält Substanzen, die unter Umständen die Umwelt verschmutzen könnten. Bitte entfernen Sie das Batteriepaket wie nachstehend beschrieben, ehe Sie das Produkt an einer offiziellen Sammelstelle abgeben. Entsorgen Sie die Batterien gesondert an einer Batterierecyclingstelle.



Stecken Sie einen Schraubenzieher zwischen die beiden Hälften des Hauptgehäuses und drehen Sie diesen, bis die beiden Hälften auseinanderbrechen.



Schieben Sie die beiden Clips, die die Leiterplatte halten, auseinander und entfernen Sie die Batterie von ihrer Position unter der Leiterplatte.

! Entfernen Sie die Batterie nur wenn Sie den POWERbreathe K2 entsorgen. Stellen Sie sicher, dass die Batterie bei der Entfernung komplett entladen ist.