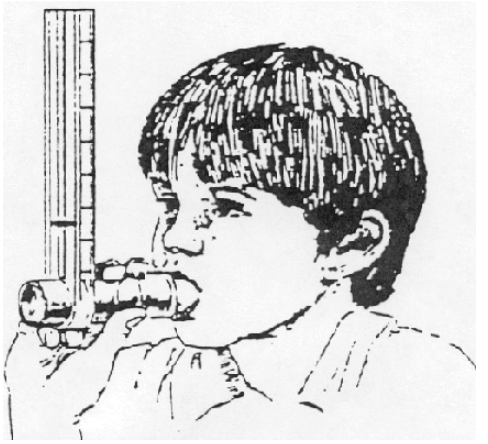
DENVER HEALTH - PATIENT INFORMATION

"*Peak Flow Meter*"

What is a peak flow meter?



A peak flow meter shows how the lungs are working. It measures the amount of air that can be blown out with one puff. A peak flow meter tells you if you need more medicine or if you need to call your care provider.

How do I measure my peak flow?

1. Stand up.
2. Make sure the arrow is at the bottom of the numbered scale.
3. Take a deep breath in.
4. Put the mouthpiece of the peak flow meter in your mouth and close your lips around it.
5. Blow out as hard and fast as you can (like blowing out birthday candles).
6. Write down the number that you get.
7. Measure your peak flow at the times your doctor has told you. (Usually this is two or three times a day.)
8. If your peak flow reading is low, contact your care provider.
9. Bring your peak flow meter and diary with you when you see your care provider.

Who do I call if I have questions or problems?

If you have questions, call your care provider.

Special instructions:_____

_____

_____

_____

_____

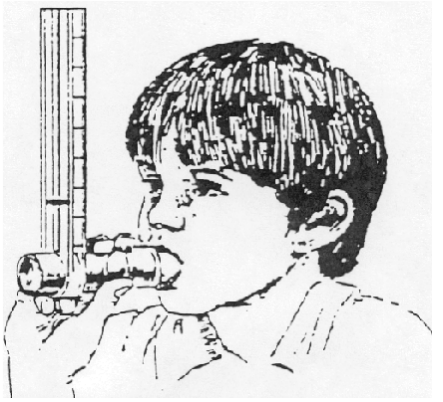
Image courtesy of Respironics New Jersey Respiratory Drug Delivery Products, Cedar Grove, NJ 07009, used with permission.

© 2006 Denver Health & Hospital Authority, Denver, CO

DENVER HEALTH - PATIENT INFORMATION

"Medidor Flujo Máximo"

¿Qué es un medidor de flujo máximo?



Un medidor de flujo máximo muestra cómo están trabajando los pulmones. Mide la cantidad de aire que puede ser sacada con una expiración. Un medidor de flujo máximo le indica si necesita más medicina o si necesita llamar a su proveedor de salud.

¿Cómo mido mi flujo máximo?

1. Póngase de pie.
2. Asegúrese que la flecha esté en el fondo de la escala numerada.
3. Haga una profunda inspiración.
4. Ponga la boquilla del medidor de flujo máximo en su boca y cierre sus labios alrededor de ella.
5. Sople tan fuerte y rápido como pueda (igual que sopla las velas de cumpleaños).
6. Anote el número que obtiene.
7. Mida su flujo máximo a las horas que su doctor le ha indicado (usualmente dos a tres veces al día).
8. Si su lectura de flujo máximo es baja, consulte a su médico.
9. Lleve con Ud. su medidor de flujo máximo y el registro cuando asista a la consulta con su doctor.

A quién llamo si tengo preguntas o problemas?

Si tiene preguntas, llame a su proveedor de atención médica.

Instrucciones especiales: _____

_____

_____

_____

_____

Image courtesy of Respironics New Jersey Respiratory Drug Delivery Products, Cedar Grove, NJ 07009, used with permission.

© 2006 Denver Health & Hospital Authority, Denver, CO