

# **POWER**breathe<sup>®</sup>

## **Medic PLUS<sub>+</sub>**

makes breathing easier<sup>SM</sup>

---

### **User Manual**



**CE**

Uživatelský manuál

Gratulujeme Vám, nákupem dechového trenažéru POWERbreathe Medic Plus jste učinili velký krok k lepšímu dýchání.

POWERbreathe posílí Vaše dýchací svaly a zmírní dýchavičnost během zátěže nebo běžné denní aktivity.

POWERbreathe funguje na principu zvaném rezistenční trénink. K posilování dýchacích svalů dochází proto, že jsou během cvičení s POWERbreathe nuceny pracovat usilovněji, a to podobným způsobem jako například svaly paže, cvičí-li s klasickou činkou.

Při cvičení s POWERbreathe Medic Plus budete muset při nádechu vyvinout více síly. To je důsledkem rezistenčního tréninku, který je zaměřený na nádechové svaly - zejména bránici a mezižební svalstvo. Výdech provádíte bez odporu, což umožňuje dýchacímu svalstvu relaxovat a vzduch přirozeně dostat ven z plic.

Při správném používání POWERbreathe Medic Plus byste měli dosáhnout zlepšení během několika týdnů.

**Pro správné a efektivní používání POWERbreathe si, prosím, pečlivě přečtěte tuto příručku a věnujte dostatek času důkladnému seznámení se s POWERbreathe.**

## OBSAH

Upozornění .....	3
Popis produktu .....	4
Začínáme s POWERbreathe Medic Plus .....	5
Trénink s POWERbreathe Medic Plus .....	6
Průvodce pro pacienty .....	6
Součásti POWERbreathe Medic Plus.....	8
Průvodce pro zdravotnické specialisty .....	10
Péče a údržba .....	11
Technické specifikace .....	12
Tabulka nastavení zátěže .....	12
Záruka .....	12

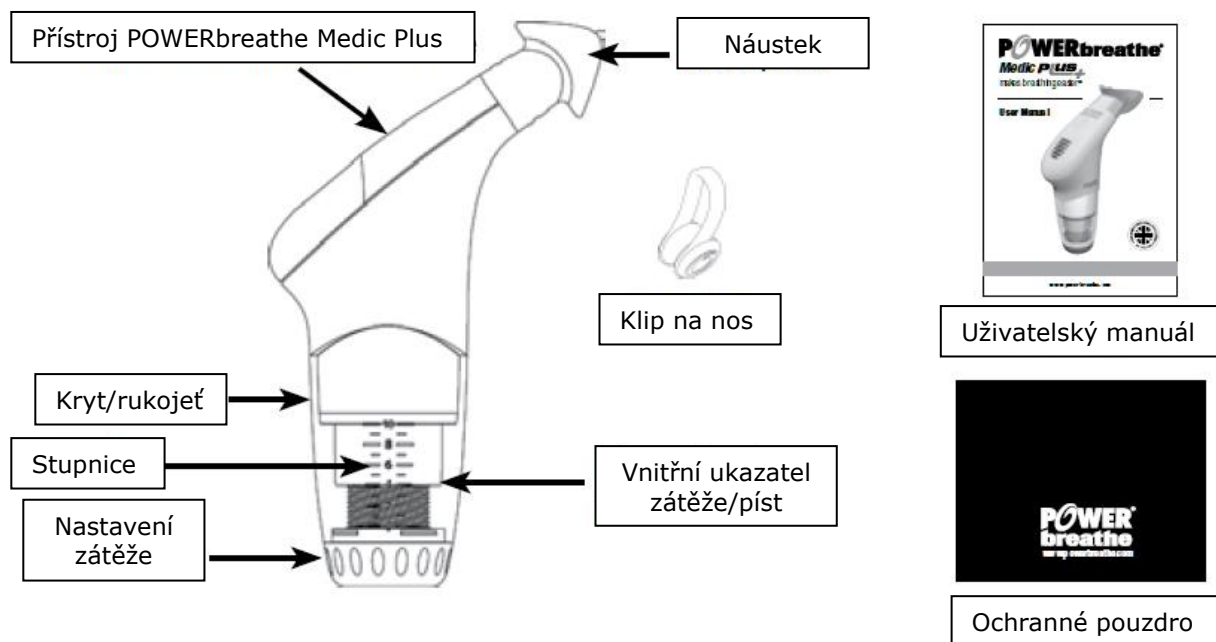
## **Upozornění**

POWERbreathe je vhodný téměř pro každého a při správném používání nemá žádné vedlejší účinky. Pro správné a bezpečné používání si, prosím, přečtěte níže uvedená upozornění:

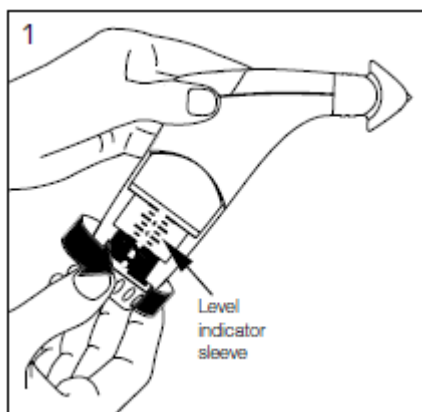
- Kontraindikace: trénink dýchacího svalstva, jakým je i cvičení s POWERbreathe, není vhodný pro pacienty, kteří v minulosti prodělali spontánní pneumotorax (selhání plic bez zjevného zevního mechanického zásahu – např. zlomené žebro), protože může dojít k opětovnému zhoršení stavu, a dále pro pacienty, kteří nejsou zcela zotaveni z traumatického pneumotoraxu (selhání plic v důsledku poranění) nebo po zlomenině žebra. Pokud máte jakékoli pochybnosti ohledně vhodnosti používání POWERbreathe či jste nemocní, obraťte se na svého lékaře.
- POWERbreathe není vhodný pro osoby trpící pulmonální hypertenzí
- POWERbreathe není vhodný pro osoby trpící pokročilou osteoporózou doprovázenou zlomeninami žeber
- POWERbreathe není vhodný při desaturaci během nebo po tréninku dýchacího svalstva (<94%)
- POWERbreathe není vhodný jako cvičební pomůcka pro ty pacienty trpící astmatem, kteří mají nízkou vnímavost symptomů a trpí na časté nenadále zhoršování stavu.
- Bez konzultace s vaším lékařem nemějte Vám předepsané užívání léků nebo léčebné postupy.
- POWERbreathe neslouží k diagnóze, prevenci, ošetření nebo léčení žádných onemocnění.
- POWERbreathe je určen pouze pro trénink dýchacího svalstva. Není uzpůsoben k žádnému jinému použití.
- Osoby mladší 16 let by měly trénovat s POWERbreathe jen v přítomnosti dospělých. POWERbreathe obsahuje malé části, není proto vhodný pro děti do 7 let.
- Při tréninku s POWERbreathe byste měli pociťovat odpor při nádechu, nikoli však bolest. V případě pociťované bolesti při nádechu okamžitě ukončete trénink a obraťte se na svého lékaře.
- Některé osoby mohou při tréninku s POWERbreathe pociťovat lehce nepříjemný tlak v uších, zvláště pokud se zotavují po nachlazení. To je způsobeno nedostatečným vyrovnáváním tlaku mezi ústní a ušní dutinou. Pokud tyto příznaky přetrvávají, poradte se se svým lékařem.
- Pokud jste nachlazení, případně trpíte zánětem dutin nebo cest dýchacích, trénování s POWERbreathe není doporučeno. S tréninkem vyčkejte, dokud příznaky zcela neodezní, případně se obraťte na svého lékaře.
- Nepoužívejte POWERbreathe pokud máte problémy s ušním bubínkem (nedolčený prasklý bubínek nebo jiné potíže)
- K zabránění potenciálního přenosu infekcí nedoporučujeme sdílet jeden náustek s jinými osobami, a to ani se členy rodiny.

*Je klinicky prokázáno, že POWERbreathe zmírňuje příznaky, zvyšuje fyzickou toleranci při zátěži i kvalitu života u většiny pacientů s astmatem, CHOPN (chronická obstrukční plicní nemoc) nebo srdečním selháním. Pokud se budete Vy nebo Váš lékař chtít dozvědět více o klinické účinnosti POWERbreathe, navštivte internetové stránky ([www.powerbreathe.com](http://www.powerbreathe.com)). V případě dalších dotazů ohledně výrobku POWERbreathe kontaktujte, prosím, dovozce.*

## Popis produktu



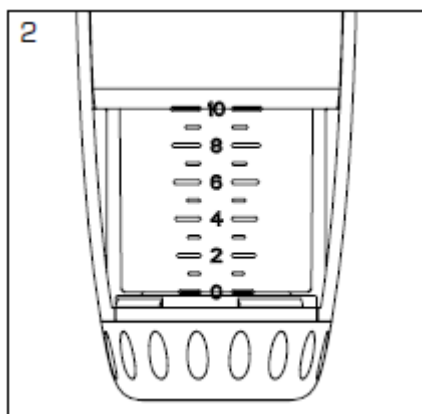
## Začínáme s POWERbreathe Medic Plus



### Obr. 1. : Nastavování zátěže

Vyjměte z obalu POWERbreathe PLUS a klip na nos. Dle obr. 1 vyzkoušejte nastavení tréninkové úrovně otočným regulátorem odporu. Otáčením ve směru hodinových ručiček se odpor nádechu zvyšuje, otáčením proti se snižuje.

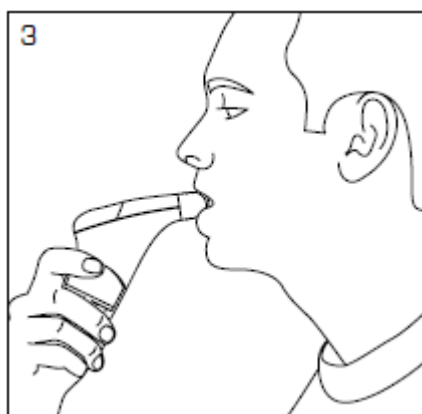
Všimněte si číselné stupnice na straně přístroje. S otáčením regulátoru odporu se zvyšuje či snižuje vnitřní ukazatel zátěže (bílý píst) a indikuje tak právě nastavenou zátěž.



### Obr. 2: Zátěž 0

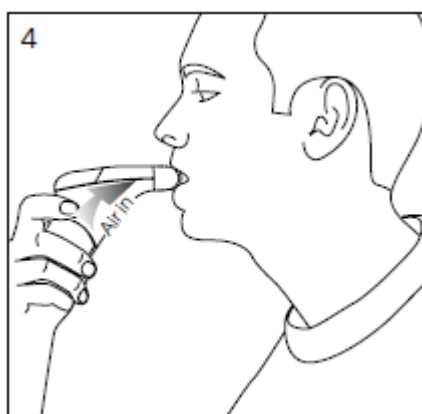
Nastavte úroveň odporu na 0. Při této úrovni je vnitřní bílý píst vysunutý k hodnotě 0 na stupnici odporu.

*Pozn: nesnažte nastavit úroveň odporu pod hodnotu 0, mohlo by to vést k poškození mechanismu.*



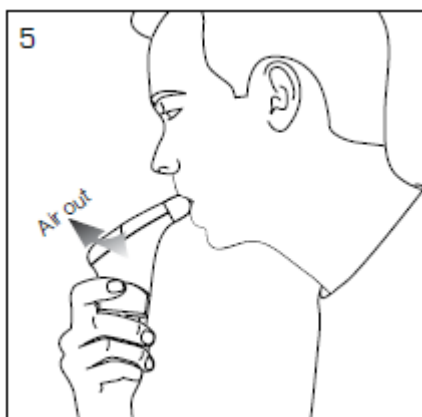
### Obr. 3: Vložení přístroje Medic Plus do úst

Vložte POWERbreathe Medic Plus do úst tak, abyste náustek měli mezi rty a zuby. Měli byste být uvolnění, stát nebo sedět ve vzpřímené poloze.



### Obr. 4: Nádech s přístrojem Medic Plus

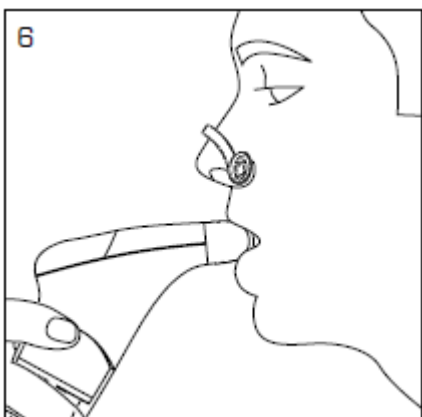
Pokuste se co nejvíce vydechnout a potom se co možná nejrychleji a nejsilněji nadechněte ústy.



**Obr. 5: Výdech s přístrojem Medic Plus**

Nyní pomalu a klidně vydechněte až do úplného vyprázdnění plic. Svaly hrudníku tak mohou relaxovat. Vyčkejte až do nutkání k dalšímu hlubokému nádechu. Opakujte až do zvládnutí techniky dýchání s přístrojem Medic Plus.

*Pozn.: neoddechujte těžce – pokud začnete pociťovat lehké točení hlavy, zpomalte výdech a na jeho konci udělejte kratičkou pauzu.*



**Obr. 6: Použití klipu na nos**

Nasadte si na nos klip (dle obr.), aby došlo k uzavření nosních otvorů, a pokračujte v dýchání silnými nádechy a pomalými a úplnými výdechy.

*Pozn: nosní klip Vám pomůže k lepšímu nádechu ústy, nicméně jeho použití není nezbytné a některé osoby mohou preferovat dýchání bez něj.*

## Trénink s POWERbreathe Medic Plus

### Průvodce pro pacienty

Řiďte se prosím níže uvedenými pokyny, pokud Vám Váš lékař neurčil jinak. Před začátkem cvičení se ujistěte, že jste si pečlivě přečetli upozornění na str. 3 tohoto manuálu.

**Zjištění Vaší správné tréninkové úrovně:** doporučená tréninková zátěž je **30 nádechů dvakrát denně**. Pro dosažení maximální efektivity by cvičení mělo probíhat na co nejvyšší úrovni zátěže, při které ještě nepocítujete nepohodlí.

Pro první den tréninku nastavte POWERbreathe na úroveň 0 (viz obrázek 1 – „Začínáme s POWERbreathe“). Pro někoho může být cvičení na této úrovni již náročné. Pokud se necítíte na to, abyste dokončili 30 nádechů nepřerušovaného dýchání s POWERbreathe, udělejte si krátkou pauzu a pokračujte do doby, než nadýcháte souhrnně 30 nádechů.

Pokud se Vám zdá obtížné dokončit souvisle 30 nádechů na úrovni 0, pokračujte v tréninku na této úrovni dvakrát denně po první týden tréninku.

Pokud Vám souvislých 30 nádechů na úrovni 0 nečiní potíže, nastavte si příští den Váš POWERbreathe na úroveň 1 a na této úrovni proveďte trénink. Takto pokračujte ve zvyšování tréninkové zátěže každý den vždy o jednu úroveň, až dosáhnete takové úrovně, kdy se pro Vás dýchání s POWERbreathe stane náročným do té míry, že budete akorát schopni dokončit 30 nádechů. Na takové úrovni pak pokračujte s tréninkem dvakrát denně po dobu jednoho týdne.

Po uplynutí doby jednoho týdne, kdy trénujete na stejné úrovni, zvyšte úroveň zátěže o půl-otáčku. Následující týden pak provádějte trénink na této úrovni a poté byste se měli snažit zvyšovat o půl-otáčku úroveň zátěže každý týden.

Tabulku pro vedení tréninkového deníkového záznamu pacienta najdete ke stažení na stránkách [www.respiration.cz](http://www.respiration.cz).

**Dosažení správné techniky při tréninku:** při nádechu skrz POWERbreathe byste se měli nadechnout tak hluboce a tak rychle, jak zvládnete. Při výdechu vydechněte pomalu a lehce tak, aby se Vaše plíce úplně vyprázdnily. Snažte se ke konci výdechu vytlačit co nejvíce vzduchu z plic, aby plíce zůstaly úplně prázdné. S dalším nádechem vyčkejte do doby, než pocítíte potřebu se nadechnout (přibližně 3 – 4 vteřiny).

Během tréninkového cyklu si všimnete, že je čím dál těžší se nadechnout tak, aby se plíce zcela zaplnily vzduchem. To je způsobeno únavou dýchacího svalstva během tréninku. Pokud během tréninkového cyklu již nejste schopni se uspokojivě nadechnout, udělejte si krátkou pauzu a poté v tréninku pokračujte. Pokud zjistíte, že Vám dělá problémy se nadechnout již na počátku tréninkové jednotky, je možné, že je Váš POWERbreathe nastavený na příliš vysokou úroveň zátěže. V takovém případě jednoduše snižte úroveň zátěže o půl otáčky a pokračujte v tréninku.

Pozor: trénink s POWERbreathe by měl být náročný. Po skončení tréninkového cyklu 30 nádechů byste měli mít pocit, že pokračování tréninku by již bylo nad Vaše síly.

Pokud Vám začne docházet dech, točí se Vám hlava nebo Vás dráždí nutkání ke kašli, cvičení přerušete. V tréninku pokračujte, až tyto příznaky odezní a dokončete 30 nádechů.

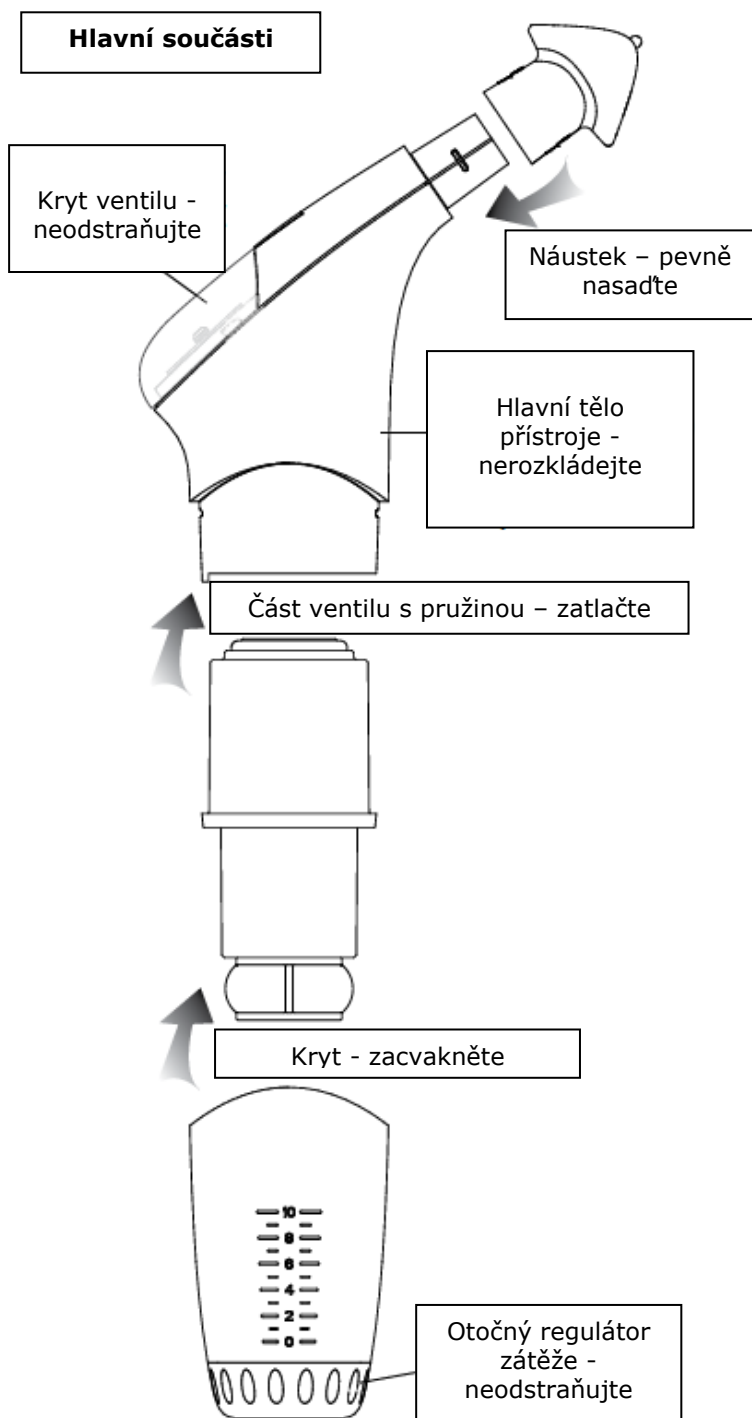
Pokud zmeškáte čas svého pravidelného tréninku, jednoduše absolvujte svůj trénink hned, jak to bude možné. Pokud budete mít s Vaším tréninkem zpoždění více než 12 hodin, trénink již nenahrazujte a další tréninkovou jednotku zařadte v obvyklou dobu, na kterou jste zvyklí.

**Udržovací trénink:** po 4-6 týdnech cvičení by Vaše dýchací svalstvo mělo být výrazně posíleno do té míry, že byste se měli cítit méně zadýchaní při fyzické aktivitě. V této fázi tréninku již pro udržení stávající úrovně posíleného dýchacího svalstva není třeba používat POWERbreathe každý den. Pro to, abyste si mohli plně užívat života s posílenými dýchacími svaly, postačí, budete-li trénovat s POWERbreathe **tříkrát týdně**.

**Trénink nízkou intenzitou:** v případě, že Vám trénink činí potíže, je možné pokračovat méně intenzivním typem delšího tréninku, který se ukázal jako velmi účinný u pacientů s dýchacími potížemi. Tento trénink spočívá v souvislém dýchání s nižší zátěží po dobu 15 minut (v případě pochybností doporučujeme konzultaci s lékařem).

**Pokud je pro Vás i nejnižší zátěž „0“ příliš těžká, lze trénovat s přístrojem se zcela minimální zátěží po vyjmutí kalibrované pružiny nebo i ventilu (viz. str. 9).**

## Součásti POWERbreathe Medic Plus



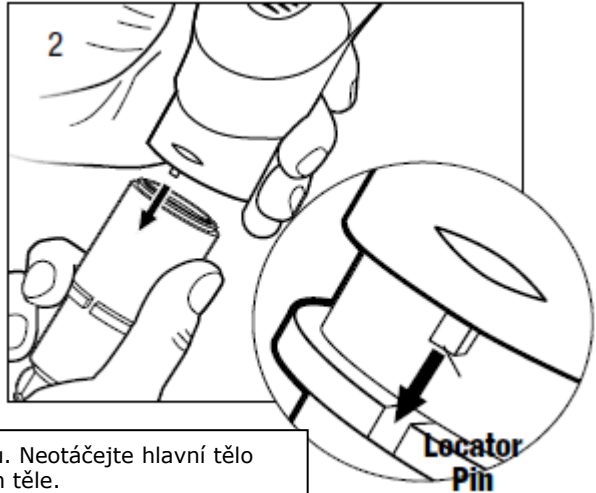
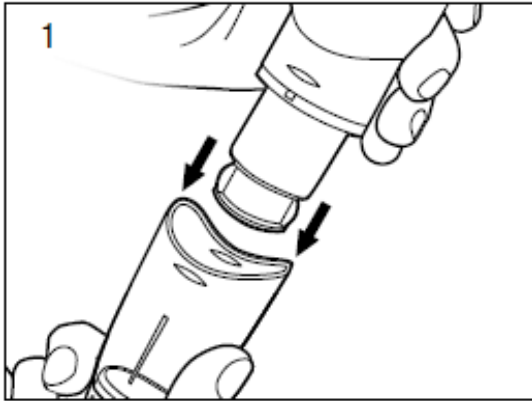
Pozn.: POWERbreathe Medic Plus může být dále rozložen na jednotlivé součástky (s výjimkou těla přístroje), **ale toto nedoporučujeme**, protože malé části mohou být snadno ztraceny.

Nicméně, pokud Váš stav je takový, že s tréninkem můžete začít pouze při absolutně nejnižší zátěži, postupujte dle následujících instrukcí:

**Pokud potřebujete začít s tréninkem při zátěži menší než „0“, vyjměte část ventilu s pružinou nebo jen pružinu dle obr. níže:**

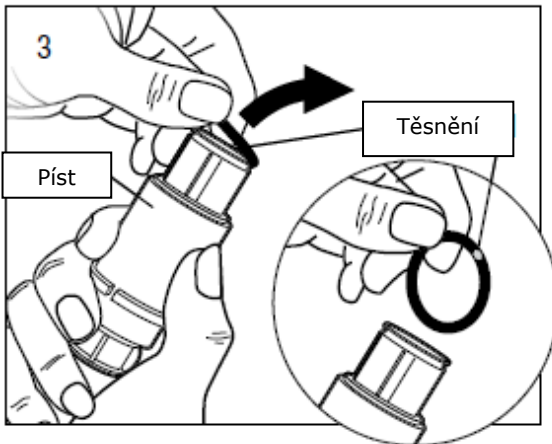


**Obr. 1.** Jemným tahem sejměte kryt/rukojeť přístroje. Při opětovném nasazení je třeba zacvaknutí.

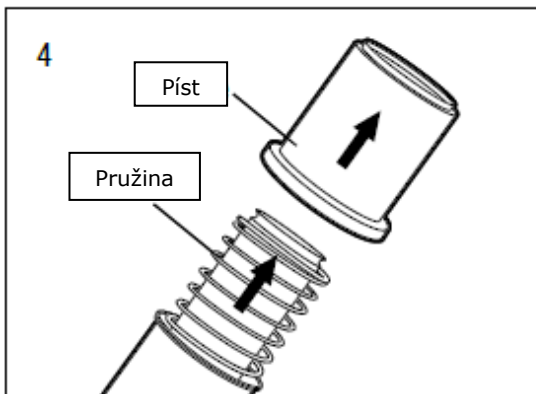


**Obr. 2** Pohybem dolů jemně vysuňte ventil s pružinou. Neotáčejte hlavní tělo nebo ventil, mohlo by dojít k ulomení zubu na hlavním těle.

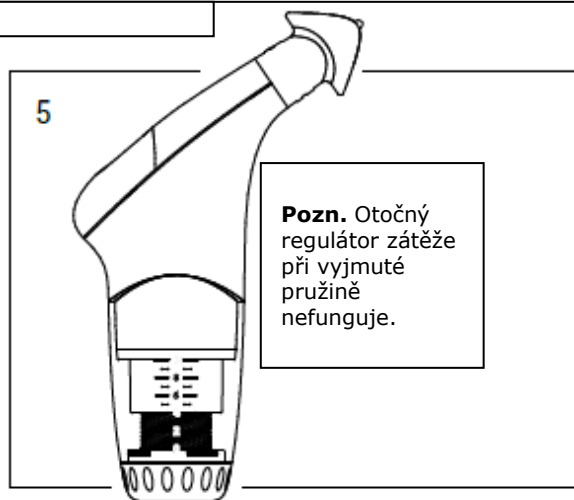
**Obr. 3.** Abyste mohli vyjmout pružinu, nejprve jemně sundejte gumové těsnění z ventilu



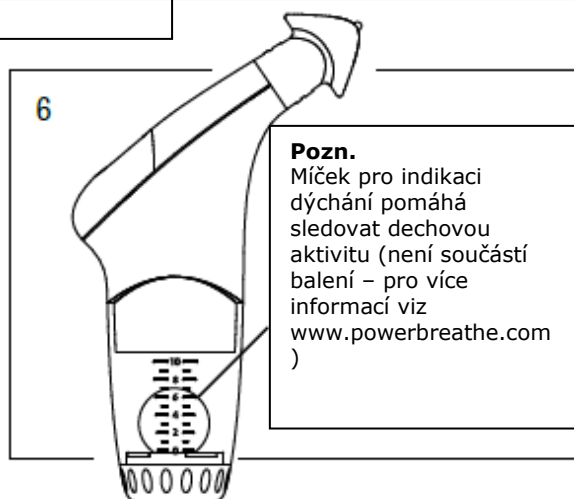
**Obr. 4.** Opatrně sundejte píst a poté pružinu. Pak opět nasadte píst a gumové těsnění.



**Obr. 5.** Složený přístroj s ventilem, ale bez pružiny.



**Obr. 6.** Složený přístroj bez ventilu a s míčkem pro indikaci dýchání.



## **Průvodce pro zdravotnické specialisty**

**Kontraindikace:** prosím, přečtěte si kapitolu „Upozornění“ na straně 3 tohoto manuálu pro správné posouzení vhodnosti tréninku dýchacího svalstva pro Vaše pacienty.

Než pacienti začnou POWERbreathe používat, měli by být o jeho správném použití poučeni. Prosím, seznamte se osobně se systémem mechanismu POWERbreathe dříve než začnete pomáhat pacientům v jeho správném používání. K tomu využijte kapitoly „Začínáme s POWERbreathe“ a „Trénink s POWERbreathe“. Rady ohledně tréninku s POWERbreathe vychází z informací publikovaných v časopise „Breathe“ vydávaným Evropskou respirační společností (autor: McConnell a kol., Trénink inspiračního svalstva při obstrukční nemoci plic; implementace a prognóza, č. 2(1) září 2005, str. 39-49). Tento článek je dostupný na internetových stránkách [www.powerbreathe.com](http://www.powerbreathe.com).

**Pozn.:** někteří pacienti nemusí být schopni nebo nebudou chtít používat náustek. V takovém případě lze POWERbreathe náustek nahradit obličejovou maskou, aby okolí úst pacienta bylo utěsněno.

**Nastavení tréninkové zátěže:** výzkum ukázal, že efektivní zátěž při tréninku dýchacího svalstva musí přesahovat podíl 30 % z maximální síly dýchacího svalstva pacienta. Je také dokázáno, že vyšší zátěž vede k většímu posílení dýchacího svalstva.

Pokud máte možnost využít měření síly nádechového svalstva, např. s přístroji POWERbreathe KH1 nebo KH2, pak počáteční úroveň zátěže stanovte na 30 - 40 % z naměřené maximální hodnoty (MIP – max. nádechový tlak) a to pomocí převáděcí tabulky ze strany 9. Výše tréninkové zátěže by měla být následně zvyšována o půlotáčku každý den po dobu 7-10 dnů až na úroveň 60 % počáteční maximální síly nádechového svalstva pacienta.

Pacient by měl poté na této úrovni trénovat jeden týden. Poté by se zátěž měla zvyšovat po týdnu tak, aby úroveň zátěže stále odpovídala cca 60 % výkonu posíleného dýchacího svalstva pacienta.

**Pozn.:** trénink na úrovni 60% maximálního výkonu dýchacího svalstva je namáhavý a pacientovi může nějaký čas trvat, než bude schopen dokončit 30 nádechů souvisle bez přestávky.

**Výuka správné techniky tréninku:** první dny s POWERbreathe jsou pro pacienta těmi nejnáročnějšími a budou vyžadovat pečlivé a citlivé vysvětlení a krátké přestávky během samotného tréninku. Pacienti by si měli zvykat na pocity „bez dechu“ navozené během tréninku a mělo by docházet k progresivnímu zvyšování úrovně zátěže. Běžně lze dosáhnout zvýšení úrovně zátěže o 5 - 10 % za týden.

Pacienti by měli být nabádáni k tomu, aby během tréninku naplno využili svou vitální kapacitu tak, aby cvičením zapojili celý rozsah pohybu nádechového svalstva. Postupně se pacientovo nádechové svalstvo unaví a pacienti mohou ke konci tréninkové jednotky cítit, že je pro ně těžší dosáhnout vyšších objemů nadechnutého vzduchu. Při vyšších objemech nadechnutého vzduchu jsou svaly nejslabší a nejvíce podléhají únavě. Pacienti by na to měli být předem upozorněni a měli by zanechat tréninku, pokud se dostanou do fáze, kdy již nebudou schopni provést uspokojující nádech.

Pacienti by se měli nadechovat proti odporu, co nejrychleji dovedou, a maximálně tak zapojit své nádechové svalstvo.

Při dýchání by u pacientů mělo zároveň docházet k pohybům bránice i hrudníku, aby došlo k zapojení všech nádechových svalů.

Pacienti mohou během tréninku vyžadovat přestávky z důvodu dráždění ke kašli, nebo protože sotva popadají dech. Je nezbytné, aby doba přestávek byla co nejkratší a tréninkové naladění z pacienta nevyprchalo. Je však třeba postupovat obezřetně a poskytnout pacientovi vysvětlení o důležitosti co nejkratších odpočinkových pauz.

**Udržovací trénink: po 4-6 týdnech** tréninku by mělo u pacientů dojít k podstatnému zlepšení ve výkonu nádechového svalstva a pacienti by měli být během fyzických aktivit méně dýchaviční. V této fázi již není třeba trénovat s POWERbreathe každý den pro to, aby se svaly udržely ve zlepšené kondici. K udržení stávající úrovně tréninkových ukazatelů je postačující, budou-li pacienti trénovat s POWERbreathe **tříkrát týdně**.

#### **Příslušenství POWERbreathe Medic Plus**

Pro pacienty/uživatele se speciálními potřebami je k dispozici různorodé příslušenství:

- Redukce POWERbreathe
- Filtry POWERbreathe TrySafe
- Adaptér kyslíkové masky
- Masky

Pro více informací viz. [www.respiration.cz](http://www.respiration.cz) / [www.powerbreathe.com](http://www.powerbreathe.com)

## **Péče a údržba**

**Upozornění:** POWERbreathe je sestaven tak pevně a odolně, aby vydržel co nejdéle. S Vaší malou péčí je schopen fungovat mnoho let. Prosím, přečtěte si následující instrukce o tom, jak zachovat Váš POWERbreathe v té nejlepší kondici:

- Nepokoušejte se snížit úroveň zátěže níže než na úroveň 0 – toto je nejnižší možná zátěž a při pokusu o otáčení dále může dojít k poškození nastavovacího závitu
- Nepokoušejte se rozpojit horní a spodní části hlavního těla zařízení - tyto by měly zůstat neustále spojené.
- Uchovávejte Váš POWERbreathe v textilním pouzdře, které je součástí balení, nebo ve vhodném čistém a hygienickém pouzdře. Před každým uložením POWERbreathe se ujistěte, že je přístroj suchý.

## **Čištění**

Váš POWERbreathe je při používání vystaven účinkům slin, proto je doporučeno přístroj pravidelně čistit z hygienických důvodů a pro zachování jeho funkčnosti.

Několikrát za týden ponořte POWERbreathe do teplé vody na cca 10 minut a poté ho vyčistěte jemným hadříkem pod tekoucí teplou vodou (zejména náustek). Poté vytřepte přebytečnou vodu a nechte přístroj na suchém ručníku uschnout.

Jednou týdně proveďte stejnou proceduru s tím, že POWERbreathe ponořte na 10 minut do mírně čistícího/sterilizujícího roztoku namísto do vody. Čistící/sterilizující roztok musí být určen pro čištění předmětů, u kterých se předpokládá, že přijdou do kontaktu s ústy, jako je například roztok určený k čištění dětských lahví. Vhodné je použití čistících tablet POWERbreathe (k dostání na [www.respiration.cz](http://www.respiration.cz) nebo u prodejců).

Pro udržení POWERbreathe v tom nejlepším stavu podržte přístroj po provedené sterilizaci vzhůru nohama pod tekoucí vodou tak, že jím voda může protéct. Vytřepte poté z přístroje přebytečnou vodu a nechte ho na suchém ručníku uschnout.

## **Technické specifikace**

<b>Součást</b>	<b>Materiál</b>
<b>Náustek</b>	Bezlatexové PVC (přísada silver biocide)
<b>Chlopeč ventilu</b>	Silikonová pryž 60
<b>O-kroužek</b>	Nitrilová pryž
<b>Otočný regulátor zátěže</b>	ABS + Santoprene
<b>Gumička klipu na nos</b>	Silikonová pryž 40
<b>Klip na nos</b>	Nylon
<b>Průhledný kryt</b>	Polykarbonát
<b>Všechny ostatní části</b>	ABS (Acrylonitril Butadien Styren)

Použité materiály odpovídají svým složením, aditivy a doplňky požadavkům FDA a jsou v souladu s Nařízením Rady 93/42/EEC o lékařských přístrojích – Základní požadavky (Příloha 1).

## **Tabulka nastavení zátěže**

	Bez pružiny a ventilu	Bez pružiny	Zátěž (cmH <sub>2</sub> O) při 1 l/s										
			Úroveň 0	Úroveň 1	Úroveň 2	Úroveň 3	Úroveň 4	Úroveň 5	Úroveň 6	Úroveň 7	Úroveň 8	Úroveň 9	Úroveň 10
cmH <sub>2</sub> O	1 (jen míček)	3	9	16	23	29	36	43	50	57	64	71	78

Pozn: Zátěž 3 cm H<sub>2</sub>O lze nastavit vyjmutím pružiny z přístroje. Zátěž 1 cm H<sub>2</sub>O lze nastavit vyjmutím pružiny a ventilu a vložením míčku pro indikaci dýchání (viz. obr. 1-6 na str. 9). Všechny uvedené hodnoty jsou při průtoku 1 litr za vteřinu, stejně jako u všech ostatních modelů POWERbreathe.

Přesné hodnoty zátěže se mohou drobně odchylovat od uvedených hodnot vzhledem k (1) přirozeným vlastnostem kalibrované pružiny a přesnosti nastavení uživatelem; (2) malému vlivu nádechového průtoku na kompresi pružiny (vysoký nádechový průtok vede k větší kompresi pružiny a malému zvýšení zátěže (Caine & McConnel, 2000). Tento efekt je společný všem zařízením pracujícím na principu pružinového odporu.

## **Záruka**

Výrobce nese odpovědnost za vady materiálu či provedení vzniklé v době do 24 měsíců od převzetí zboží kupujícími. Kupující je povinen prokázat vlastnictví jím zakoupeného výrobku předložením dokladu o zakoupení zboží.

Povinnosti výrobce se v rámci této záruky omezují na opravy a nahrazení těch částí výrobku, které po prozkoumání shledá vadnými v materiálu nebo způsobu provedení. Záruka se nevztahuje na praskliny nebo rozbití způsobené špatným zacházením, nevhodným používáním, nešťastnými náhodami, nedodržením instrukcí, zanedbáním péče a údržby nebo komerčním používáním. Během dvouleté záruční lhůty bude výrobek buď opraven, nebo nahrazen (na základě rozhodnutí společnosti bez možnosti odvolání). Záruka se nevztahuje na škody nebo následné škody způsobené servisem, který není autorizovaný společností POWERbreathe International Ltd.

**POWERbreathe Ltd**  
**Northfield Road, Southam, Warwickshire**  
**CV47 ORD, UK**

POWERbreathe není hračka. Výrobek je vyvinut pouze pro trénink dýchacího svalstva. Žádné jiné určení není doporučováno. Tento výrobek není určen k diagnóze, prevenci nebo léčbě jakýchkoli onemocnění.

POWERbreathe je patentovaný produkt. Všechna práva jsou vyhrazena.  
Ochranná známka na logo a název je v péči Gaiam Ltd. E& OE ©05/2015  
Výrobek byl vyvinut, navržen a vyroben s hrdostí ve Velké Británii.

