

Atemnot

Nur ein Gefühl...

Das Atmen durch einen Strohhalm ist eine Technik, um die Enge und den Widerstand bei chronischen Lungenerkrankungen ein wenig nachzuempfinden.

- Verschießen Sie dazu die Nase mit einer Wäscheklammer, damit Sie nur über den Mund ein- und auch wieder ausatmen können.



- Dann nehmen Sie einen Strohhalm in den Mund und umschließen diesen komplett mit den Lippen, sodass die Luft lediglich den Strohhalm passieren kann.
- Nun atmen Sie in einer Ruhesituation, d.h. im Sitzen oder im Stehen ohne Bewegung, für ein paar Minuten nur über den Strohhalm ein und wieder aus.
- Anschließend – wenn Sie sich weiterhin gut fühlen – setzen Sie sich in Bewegung, gehen ein paar Minuten oder erklimmen z.B. eine Treppe oder führen andere körperliche Aktivitäten des Alltags durch.
- **Achtung:** Brechen Sie diese Simulation sofort ab, wenn Ihnen schwindelig wird oder Sie in Panik geraten!

Sie werden bemerken, wie die Luft nur sehr langsam ein- und ausströmen kann. Der Körper muss gegen einen Widerstand arbeiten, was den „Lufthunger“ und die Anstrengung z. B. bei einem Lungenemphysem simuliert – und Ihnen vielleicht ein gewisses Gefühl für die Situation von Betroffenen ermöglicht.

Weitere Symptome einer COPD, wie z. B. Kräfteverlust, enorme Müdigkeit bzw. Erschöpfung (Fatigue-Syndrom) kann diese Simulation jedoch in keiner Weise widerspiegeln.

Wichtiger Hinweis: Diese Simulation ist nicht mit der Lippenbremse (s. S. 29), deren Anwendung dem Kollabieren der Bronchien und der Überblähung entgegenwirkt, gleichzusetzen.

Wenn die Nase mehr Unterstützung braucht

Endlich freier Durchatmen.

Jetzt informieren & Beratung anfordern

Pureneb Aerosonic+

Wurde speziell dafür entwickelt, die Inhalation in den oberen und unteren Atemwegen zu unterstützen, vor allem bei **Sinusitis**.

- + **Spezieller Nasenaufsatz**
- + Sonic & Classic Modus
- + **100 Hz Schall-Vibration**
- + Erhöhte Medikamentendeposition durch in Schwingungen versetztes Aerosol
- + Gaumen-Schließ-Mannöver nicht erforderlich
- + Umfangreiches Zubehör



Verordnungsfähig

Kostenübernahme durch Ihre Krankenkasse möglich



Verordnungsvordruck Inhalation



Rufen Sie uns direkt an und lassen Sie sich beraten **0421-48 996-6** oder schicken Sie uns eine E-Mail: **kundenservice@oxycore.eu**

Weitere Informationen zum **Pureneb Aerosonic+** und weiteren Geräten finden Sie hier:

www.oxycore.eu • www.oxycore-gmbh.de