

How to assemble your NAFAS YAR Respiratory Exerciser

1. Remove NAFAS YAR components from package.
2. Attach remaining free end of tubing stem at base of unit.

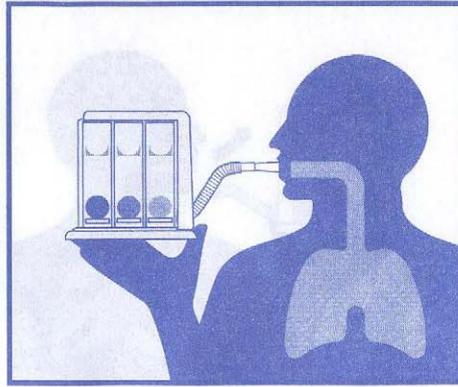
Note: Before and after each use rinse only the mouthpiece with warm water and shake it dry. Between uses place the unit in its bag and close top.

طریقه نصب نفس یار :

- ۱- نفس یار را از جعبه خود خارج کنید.
- ۲- قسمت آزاد لوله دهانی را به جایگاه مربوطه در قسمت پایین دستگاه متصل کنید.

توجه :

قبل و بعد از هر استفاده فقط قسمت دهانی آنرا با آب گرم بشویید ، سپس آنرا خشک کنید، بین هر بار استفاده ، نفس یار را در جعبه خود قرار دهید و درب آنرا ببندید.

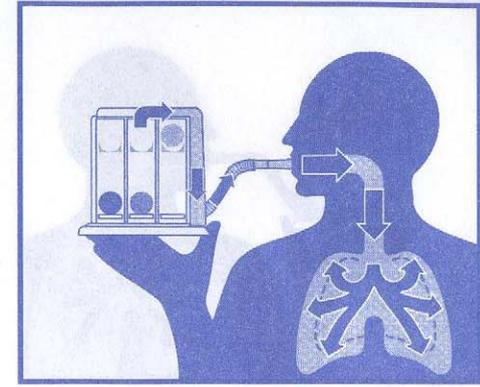


How to use your NAFAS YAR Respiratory Exerciser

1. With the unit in an upright position exhale normally and then place your lips tightly around the mouthpiece.

طریقه استفاده از نفس یار :

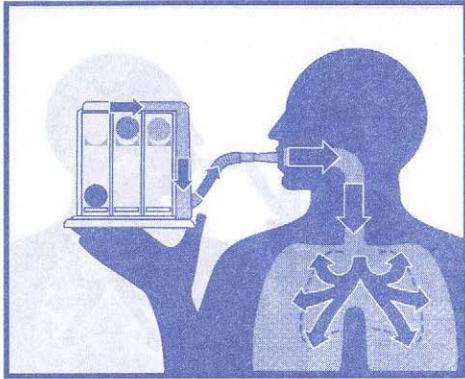
۱- نفس یار را بصورت عمودی قرار دهید. ابتدا با یک بازدم عادی ریه خود را از هوا خالی کرده و سپس لبهای خود را در اطراف دهانی بسته نگه دارید.



2. For a Low Flow Rate. ... Inhale at a sufficient rate to raise only the ball in the first chamber while the second chamber ball remains in the rest position. This position should be held as long as possible . A hold maneuver should then be maintained for three seconds.

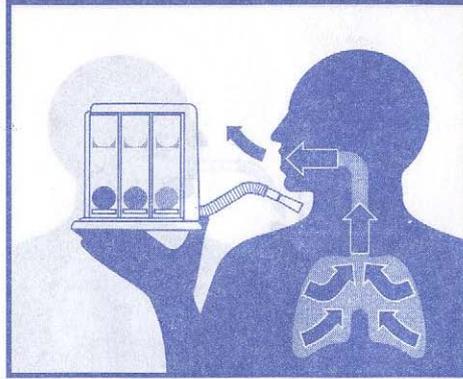
۲- مرحله اول (برای حجم پایین تنفسی)

عمل دم یعنی کشیدن هوا به داخل ریه را به گونه ای انجام دهید که فقط توپک اولی (آبی روشن) بالا بیاید، دومین توپک در جایگاه خود باقی بماند و تا جایی که ممکن است توپک را در بالاترین موقعیت نگهدارید و سعی کنید توپک را هر دفعه ۳ ثانیه نگه دارید.



3. For a Higher Flow Rate ... Inhale at a rate sufficient to raise the first and second chamber balls while the third chamber ball remains in the rest position.

۳- مرحله دوم (برای حجم بالای تنفسی)
عمل دم را به گونه ای انجام دهید که توپک اول و توپک دوم در بالا قرار گیرند و در آن موقعیت توپک سوم در پایین باقی بماند.



4. Exhale. Remove mouthpiece and exhale normally. Relax. (Repeat) Following each prolonged deep breath, take a moment to rest and breathe normally. Then repeat the exercise as directed by your physician.

NOTE: Patients who find it difficult to raise the ball or balls while holding the unit in an upright position may tilt the unit forward slightly for ease of use.

۴- بازدم : دهانی را از دهان خارج کنید و بصورت معمولی عمل بازدم را انجام دهید. کمی استراحت کنید. سپس تکرار کنید.

بعد از انجام هر نفس عمیق، لحظه ای استراحت کنید و بعد بصورت عادی نفس بکشید، سپس تمرین تنفسی را بصورت کامل با توجه به دستور پزشک تکرار کنید.

توجه :
بیمارانی که بالا بردن توپک ها برایشان مشکل است می توانند بجای اینکه نفس یار را بصورت عمودی نگه دارند آنرا کمی کج کنند تا توپک ها راحت تر بالا بیایند.

NAFAS YAR

Respiratory Exerciser

طریقه استفاده از

نفس یار

FARAFAN
فرا فان

No. 8, E. Arghavan St., N. Motahari Ave., Darya Blve.,
Saadat Abad, Tehran 19988, IRAN

Tel: +98-21-88696502 ,88696531

Fax: +98-21-88696135

شرکت مهندسی فرا فان : تهران- سعادت آباد - بلوار دریا - خیابان مطهری شمالی

خیابان ارغوان شرقی - پلاک ۸ تلفن: ۸۸۶۹۶۵۰۲ - ۸۸۶۹۶۵۳۱ فاکس: ۸۸۶۹۶۱۳۵

<http://www.farafan.com>

E-mail: business@farafan.com