

## Patientinformation

# Så använder du din BA-tube



Patientens namn: .....

Behandlande fysioterapeut: .....

Datum: .....

Ställ in din BA-tube på utprövat motstånd: .....

Sitt bekvämt med fötterna i golvet och stöd för armarna. Vid behov kan detta även göras i liggande ställning.

- Andas in djupt och långsamt, helst genom näsan.
- Slut tänder och läppar runt BA-tuben.
- Andas ut lugnt och jämnt genom tuben, men töm inte lungorna helt, utför 10 utandningar på detta sätt. Vila sedan någon minut.
- Ta nu istället ett djupt andetag IN genom BA-tuben och andas ut vanligt vid sidan av tuben. Upprepa detta 5 ggr. Vila en min. Hosta eller huffa.
- Andas nu in och ut genom BA-tuben endast 4 gånger in och 4 gånger ut. Hosta eller huffa efter detta.
- Repetera detta varje eller varannan timme.

### **Om du har slem**

Efter andningen:

- Andas in genom näsan, stöt (huffa) sedan ut luften i olika stora andetag, som när du immar på en spegel. Försök få tag i slemmet. Hosta också på vanligt sätt.
- Upprepa 2–3 ggr

### **Rengöring**

Placera medföljande pistong i tuben, tryck av hatten med tummen eller mot ett hårt underlag. Rengör delarna i varmt vatten eller i diskmaskin. Koka delarna/ desinficera minst en gång per vecka. Låt sedan lufttorka. Se till så delarna inte lägger sig på botten i en varm gryta under kokningen.

Sätt ihop delarna efter rengöring så att hattens pil riktas mot den utprovade siffran på sifferskalan. Tryck sedan ihop tills det klickar.