

Trenażer oddechu Powerbreathe Plus, opór lekki



cena: 283,00 PLN

Opis słownikowy

Kategoria	Sprzęt medyczny
Producent	PowerBreathe
Wysyłka	1-2 dni

Opis produktu

TRENAŻER ODDECHU POWERBREATHE PLUS

POWERbreathe jest naukowo potwierdzonym trenażerem mięśni wdechowych (IMT – Inspiratory Muscle Training). Czasami określanym jako urządzenie do treningu oddychania – opracowanym przez czołowych naukowców od ulepszania siły i wytrzymałości mięśni zaangażowanych przy wdechu, głównie przepony oraz mięśni międzyżebrowych/mięśni klatki piersiowej. Podobnie jak w przypadku każdego innego mięśnia, mięśnie oddechowe mogą być trenowane, tak aby były bardziej odporne na zmęczenie. Ta odporność na zmęczenie objawia się zmniejszoną dusznością i zwiększoną tolerancją wysiłku.

POWERbreathe Plus wykorzystuje naukowo potwierdzony Pressure Threshold Training - Ciśnieniowy Trening Progowy, który zapewnia specyficzne i zwarte ciśnienie. Podczas wdechu przez POWERbreathe obciążenie skalibrowanej sprężyny zapewnia opór. Druga generacja Trenażera Mięśni Wdechowych POWERbreathe (IMT) 65% poprawy dynamiki przepływu powietrza w odniesieniu do wersji Classic Mechaniczny, regulowany wskaźnik ustawień obciążenia. Niefarmakologiczny - bez skutków ubocznych lub interakcji lekowych

JAKI OPÓR WYBRAĆ ?

Wybierz Lekki opór: Jeśli ćwiczysz / jesteś fizycznie aktywny przez mniej niż 2,5 godziny tygodniowo i nie masz problemów z oddychaniem
Wybierz Średni opór: Jeśli ćwiczysz / jesteś fizycznie aktywny przez mniej niż 2,5 godziny tygodniowo i masz problemy z oddychaniem - niewielkie/umiarkowane
Wybierz Ciężki opór: Jeśli ćwiczysz / jesteś fizycznie aktywny przez ponad 2,5 godziny tygodniowo i masz poważne problemy z oddychaniem.

Wybierz Średni opór: Jeśli ćwiczysz / jesteś fizycznie aktywny przez ponad 2,5 godziny tygodniowo i nie masz problemów z

oddychaniem Jeśli ćwiczysz / jesteś fizycznie aktywny przez ponad 2,5 godziny tygodniowo i masz pewne problemy z oddychaniem, które nie są poważne.

Wybierz Ciężki opór: Tylko w przypadku, gdy został osiągnięty najwyższy poziom obciążenia na modelu POWERbreathe Średni opór.

Do wyboru dostępny jest kolor czarny i różowy.

POZIOMY OPORU POWERbreathe PLUS

Poziom oporu	Lekki	Średni	Ciężki
0	17	23	29
1	25	39	53
2	33	55	78
3	41	72	102
4	49	88	127
5	58	104	151
6	66	121	176
7	74	137	200
8	82	153	225
9	90	170	249
10	98	186	274

JAK UŻYWAĆ TRENAŻERA POWERbreathe PLUS

- Umieść klips na nos (opcjonalnie, uniemożliwia wdychanie powietrza przez nos).
- Wykonaj wdech szybko i forsownie/intensywnie za pośrednictwem POWERbreathe. Łącznie 30 oddechów dwa razy dziennie (najlepiej rano i wieczorem - pozwól swoim mięśniom wdechowym się zregenerować). To naukowo potwierdzony reżim treningowy.
- W miarę wzrostu siły i wytrzymałości mięśni wdechowych, dostosuj i zwiększ opór.
- W ciągu kilku dni poczujesz, że Twoje mięśnie wdechowe są silniejsze; w ciągu 3 tygodni będziesz czuć mniejszą zadyszkę; a po 4 tygodniach aktywność fizyczna będzie znacznie przyjemniejsza.
- Pełne instrukcje znajdują się w załączonej instrukcji obsługi.

ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

W razie jakichkolwiek wątpliwości dotyczących stosowania POWERbreathe lub gdy cierpi się z powodu jakiegokolwiek schorzenia, należy skontaktować się z lekarzem.

Trening mięśni wdechowych, taki jak z POWERbreathe, nie jest zalecany pacjentom z przebytą odmą samoistną (płuco zapadnięte z powodu przebytego urazu, np. złamania żebra), ponieważ może on spowodować ponowne wystąpienie dolegliwości. POWERbreathe może być stosowany w przypadku pacjentów, którzy przeszli urazową odmę opłucnową i/lub złamanie żebra, dopiero gdy całkowicie wrócą do zdrowia.

Trening mięśni wdechowych nie jest odpowiedni dla pacjentów z astmą z obniżonym postrzeganiem objawów i tych, którzy cierpią na częste ostre nasilenie objawów choroby.

Trening mięśni wdechowych nie jest odpowiedni dla pacjentów, którzy niedawno przeszli pęknięcie błony bębenkowej.

Osoby poniżej 16. roku życia powinny stosować POWERbreathe pod opieką dorosłych.

ZAWARTOŚĆ ZESTAWU POWERbreathe PLUS:

- Urządzenie POWERbreathe IMT (Inspiratory Muscle Trainer)
- Ustnik (PVC - nie wykonany z naturalnego kauczuku, lateksu lub ftalanów)
- Klips do nosa
- Etui
- 4 tabletki czyszczące
- Instrukcja obsługi

GWARANCJA

Urządzenie PowerBreathe Plus objęte jest 24 miesięcznym okresem gwarancji.

UWAGA: Urządzenie należy zarejestrować na stronie producenta

PAMIĘTAJ: Kluczem do efektu są regularne ćwiczenia z POWERbreathe!

Jeśli jesteś sportowcem wyczynowym i chcesz z urządzenia wykrzesać maksymalny efekt dla Twoich mięśni oddechowych, musisz próbować w granicach zdrowego rozsądku stosować możliwie jak największy opór. Im szybciej zakończysz sesję 30 wdechów, tym lepszy efekt dla mięśni oddechowych. Uważaj jednak, by nie doprowadzić do hiperwentylacji – przerwa między wdechem a wydechem jest niezbędna!

Dane techniczne:

Rekomendacja: Zalecane przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) do rehabilitacji pacjentów z chorobą płuc po COVID-19

Kolor: Czarny

Opór: Lekki

Ostrzeżenie

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

Podmiot odpowiedzialny:

Medicast sp. z o.o.

ul. Polska 114

60-401 Poznań