

# The Breather

El The Breather es el primer dispositivo de entrenamiento de los músculos respiratorios inspiratorios / espiratorios (RMT) basado en evidencia y sin medicamentos que utilizan los pacientes con EPOC, ICC, disfagia y enfermedades neuromusculares, así como todos los interesados en un envejecimiento saludable y sentirse mejor. Entrena los músculos inspiratorios y espiratorios de forma independiente. Los beneficios clínicos de RMT incluyen disnea mejorada, flujo máximo de tos, función laríngea, calidad de vida, destete de ventilación y rendimiento del habla y la deglución.



Después de lanzar el Breather original para uso terapéutico en 1980 y ayudar a casi 1 millón de personas a mejorar su calidad de vida, nuestros terapeutas volvieron a la mesa de dibujo para hacer que The Breather fuera aún mejor. Ahora, con una mayor comodidad en la boca y un control de dial inspiratorio / espiratorio más sencillo, The Breather es el entrenador de músculos respiratorios (RMT) número uno más vendido.

El dispositivo Breather Respiratory Muscle Training (RMT) combina el entrenamiento de los músculos inspiratorio y espiratorio y mejora las funciones respiratorias, del habla y de la deglución en los pacientes. Además, el RMT en atletas e individuos sanos que usaron The Breather condujo a mejores funciones respiratorias, frecuencia cardíaca, fuerza de los músculos periféricos y rendimiento en el ejercicio.

En este link <https://www.pnmedical.com/courses/the-breather-introduction/> podrá encontrar una serie de videos cortos, "Carrie" lo guiará a través de maniobras respiratorias como respiración diafragmática o abdominal, tos con resoplido, cómo superar la dificultad para respirar y formas de mejorar la administración de

medicamentos broncodilatadores. Carrie demostrará cómo usar y limpiar el respiradero en los siguientes videos.

Código: 10158

La boquilla principal fue diseñada científicamente para ayudar a los pacientes con problemas de agarre bucal. Utilizará esta boquilla para realizar su régimen de entrenamiento diario. El Respirador tiene un lado numerado del uno al seis etiquetado como inhalación. El otro lado está numerado del uno al cinco, etiquetado como exhalar. Los diales se ajustan de forma independiente entre sí. A medida que avanza en el entrenamiento, sus configuraciones de inhalación pueden ser diferentes de sus configuraciones de exhalación.

#### RESPIRADOR: USANDO LA LISTA DE VERIFICACIÓN PREVIA A LA SESIÓN

Tener una lista de verificación previa a la sesión es una forma óptima de mejorar su tasa de éxito con el uso del respirador. Primero, tenga en cuenta cómo se siente justo antes de comenzar una sesión. En segundo lugar, compruebe su postura. En tercer lugar, comience con las resistencias de inhalación y exhalación más fáciles girando ambos diales hasta el número uno. Cuarto, es muy importante que utilice la técnica de respiración diafragmática. En quinto lugar, asegure la boquilla con los labios asegurándose de no morder la boquilla. En sexto lugar, si no puede completar el número prescrito de repeticiones y series en una sesión, marque su ritmo.

#### USANDO EL RESPIRADOR

Una inhalación rápida, una pausa leve y una exhalación rápida y enérgica es la técnica óptima que desea dominar.

Después de exhalar lentamente con los labios fruncidos, asegure el respirador en su mano e inhale profunda y con fuerza durante aproximadamente dos o tres segundos. Observe su estómago y caja torácica y los músculos de su cuello mientras inhala contra

la resistencia. Asegúrese de relajar la parte superior del pecho y los hombros. Haz una pausa de menos de un segundo.

Ahora, exhale con fuerza durante dos o tres segundos. No hinchas las mejillas. Desea que la resistencia exhalada se genere en sus vías respiratorias, no en sus mejillas. Lo más importante es no respirar por la nariz.

#### CÓMO LIMPIAR EL RESPIRADOR

Recomendamos limpiarlo durante toda la semana e incluso a diario. NO lo ponga en el lavavajillas. Lávelo a mano con agua y una pequeña cantidad de jabón lavavajillas suave. Enjuague bien el respirador. Sacuda el exceso de agua y seque al aire. Cuando esté completamente seco, se puede guardar. Contamos con recomendaciones de limpieza avanzadas para profesionales médicos o pacientes inmunodeprimidos. Contáctenos en [care@pnmedical.com](mailto:care@pnmedical.com) para obtener más detalles.