



St. Anna Zorggroep

Patiënteninformatie

Piekstroommeting

Wat is de piekstroom?

De piekstroom is de hoeveelheid lucht die u maximaal zo snel mogelijk kunt uitademen, nadat u zo diep mogelijk hebt ingeademd. Ieder mens heeft zijn eigen piekstroomwaarden. Deze zijn afhankelijk van :

- leeftijd,
- het geslacht,
- lichaamslengte,
- juiste wijze van blazen,
- de kracht waarmee u blaast,
- tijdstip van de dag,
- verwijding of vernauwing van de luchtwegen.

Piekstroomwaarden zijn moeilijk te vergelijken met die van andere mensen en bovendien is de piekstroomwaarde van elk individu niet altijd hetzelfde. Er zijn bijvoorbeeld verschillen in de waarden tussen perioden waarin u klachten heeft en perioden zonder klachten. Bovendien is de piekstroom niet de hele dag constant. Meestal wordt 's middags een hogere waarde gemeten dan 's morgensvroeg. Door gedurende langer tijd regelmatig uw piekstroom te bepalen, kan de arts vaststellen welke piekstroomwaarden voor u normaal zijn. Het instrument waarmee de waarden worden bepaald, heet piekstroommeter.

Hoe meet u de piekstroom?

Voor het meten van uw piekstroom, kunt u de volgende stappen nemen;

1. Controleer voor het gebruik of het instrument droog is.
2. Meet gedurende de door de arts voorgeschreven periode ieder ochtend meteen na het opstaan en 's avonds voor het naar bed gaan
3. Met 3x de piekstroom en noteer hiervan de hoogste waarde op de piekstroom registratie test.
4. Staand meten, indien niet mogelijk zittend meten (altijd dezelfde houding)
5. Het aanduidpijltje voor het blazen altijd in de beginstand terugbrengen
6. Eerst diep inademen door de neus.
7. Omsluit dan het mondstuk stevig met lippen en tanden (tong onder het mondstuk)
8. Een kunstgebit dient u in te houden
9. Adem dan zo snel en krachtig mogelijk uit.
10. 3 x diep inademen en kort en hard blazen op de meter, noteer het hoogste getal.
11. Indien u omstreeks het tijdstip van de bepaling van de piekstroom medicijnen moet gebruiken, doe de bepaling dan ongeveer een 10 minuten voordat u de medicijnen inneemt.
12. Mogelijk zal uw arts u vragen zowel voor als na het innemen van medicamenten een bepaling te doen.
13. Hoeveel klachten van de luchtwegen heeft u de laatste 12 uur gehad (piepen, hoesten, benauwd zijn, sputum opgeven)

De klachtenscore noteert u ook op het formulier piekstroom registratie test.

Klachtenscore		
0 = geen klachten	4 = geregeld klachten	8 = ernstige klachten
1 = zeer weinig klachten	5 = tamelijk veel klachten	9 = extreme klachten
2 = weinig klachten	6 = veel klachten	10 = maximale klachten
3 = matige klachten	7 = erg veel klachten	

Onderhoud van de piekstroommeter

Er zit vocht in de lucht die u uitademt. Bij regelmatig gebruik zal er sprake zijn van opeenhoping van vocht in de piekstroommeter.

De meting kan daardoor ongunstig worden beïnvloed. Vandaar het advies om het instrument ongeveer een keer per week schoon te maken.

Dit kan in een sopje met warm water, in de afwasmachine (bovenste rek) of onder de kraan (afspoelen).

Heeft u nog vragen?

Deze brochure is niet bedoeld als vervanging van mondelinge informatie, maar als aanvulling daarop.

Heeft u nog vragen over het gebruik van de piekstroommeter, neem dan contact op met de polikliniek longziekten.

Telefoon: 040-2864871.

Juli 2006