



Voor meer informatie



Korte training, krachtig resultaat:

De POWERbreathe Plus is hét trainingsapparaat voor thuis. Dagelijks verbeteren sporters en patiënten de kracht van hun ademspieren in slechts zes minuten. Door de ademspieren te trainen wordt de inademing dieper en wordt de longcapaciteit beter benut. Met sterke ademspieren en een efficiënte ademhaling nemen sportprestaties toe en neemt kortademigheid af.

Martijn, Hofstra Fysiotherapie:

"We gebruiken de POWERbreathe KH2 nu 6 jaar. Het is een belangrijke aanvulling bij Covid-19, COPD maar ook bij prestatie sporters. Het effect is groter dan in eerste instantie verwacht!"

Arjan Calatz, Fysioplus Oss / Coronazorg Oss:

"Ik zie patiënten meerdere malen, altijd voor een intake en een eindmeting. Tussendoor train ik soms ook samen met ze om ze te helpen hun trainingen optimaal uit te voeren. Het trainingsschema geeft patiënten (en fysiotherapeut) vertrouwen, patiënten vinden het behulpzaam bij de trainingen die ze thuis met hun eigen POWERbreathe uitvoeren."

Patiënt, vrouw, 40 j, astma + Covid-19:

"Ik was te laag belastbaar om gewoon te trainen. Door het gebruik van de POWERbreathe heb ik de stap kunnen maken naar bewegen en nu zelfs sporten met vertrouwen, wat de afgelopen jaren niet gelukt is"

henrotech
respiratory care

info@henrotech.be

www.henrotech.be

Meer lucht in je longen

POWER[®] breathe

the world's no.1 breathing trainerSM



www.Henrotech.be

COVID-19
update

Sterkere ademspieren geven meer lucht

Kortademigheid, ineffectieve hoest en benauwdheid zijn veel voorkomende klachten die door het versterken van de ademspieren aanzienlijk verminderd kunnen worden. Met de POWERbreathe train je de kracht en het uithoudingsvermogen van de ademspieren voor een effectievere ademhaling. Na het trainen is de ervaring dat het ademen makkelijker, vrijer en dieper gaat.

Trainingsapparaat dat ademen effectiever maakt

De POWERbreathe is specifiek ontwikkeld voor het trainen en versterken van de inademing. Door in te ademen tegen een weerstand moeten de ademspieren harder hun best doen om de gewenste hoeveelheid lucht binnen te krijgen. Deze krachttraining van het middenrif en de tussenribspieren kost slechts 6 minuten per dag en verbetert de MIP tot wel 34%.

Meer lucht, meer leven

Het is wetenschappelijk bewezen dat het trainen van de ademspieren sportprestaties verbetert en kortademigheid/dyspneu vermindert. Dit maakt de POWERbreathe interessant voor sporters, patiënten met long gerelateerde aandoeningen zoals COPD & astma en patiënten waarbij de ademspierkracht sterk is afgenomen na bijv. COVID-19.



Metten = Weten

De POWERbreathe KH2 is speciaal voor fysiotherapeuten ontworpen om de kracht van de ademhalingspijpen te meten. De maximale monddrukmeting (MIP) is eenvoudig en duurt slechts vijf minuten. De uitvoering en resultaten van de meting zijn via de bijgeleverde Breathelink software realtime zichtbaar op een Windows PC of laptop. De meting geeft feilloos inzicht in de afwijking van de ademspierkracht ten opzichte van de normwaarde en maakt duidelijk of training gewenst is.



Metten & Trainen

De trainingen die door de patiënt thuis worden uitgevoerd vallen buiten het zicht van de fysiotherapeut. Met de KH2 wordt het voor fysiotherapeuten toch mogelijk om een goede begeleiding te bieden. Door periodiek de patiënt in de praktijk met de KH2 te laten trainen kan de fysiotherapeut de ontwikkeling van de kracht en het volume van de ademhaling bijhouden. De sessie geeft dan inzicht tot de kwaliteit van de trainingen die de patiënt thuis afwerkt. Zo wordt coaching en bijsturing om de effecten te optimaliseren simpel.



Resultaten:

Versterkt de ademspieren¹

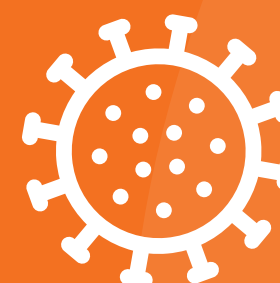
MIP
+34%

Vermindert kortademigheid²

Dyspneu
-28%

Vergroot inspanningstolerantie³

6MWD
+22%



COVID-19 update

Kortademigheid

Kortademig- of benauwdheid is na vermoeidheid de meest voorkomende klacht bij post-Covid-19 patiënten.

Richtlijnen en Advies

Training van de ademspieren is opgenomen in het KNGF standpunt Covid-19⁴ en het Sportgeneeskunde Advies Nazorg Covid-19⁵. Aangeraden wordt ademspiertraining te overwegen indien er sprake is van zwakte van de inademingsspijpen en voor patiënten die niet in staat zijn om te fietsen of te lopen. Nadruk bij de training ligt op ademkracht en ademvolume met aandacht voor disfunctioneel ademen.

Top 10 meest voorkomende klachten

1	87,8 %	Vermoeidheid
2	74,2 %	Kortademig- of benauwdheid
3	45,5 %	Druk op de borst
4	39,8 %	Hoofdpijn
5	36,2 %	Spierpijnen
6	35,2 %	Pijn tussen schouderbladen
7	32,7 %	Hartkloppingen
8	30,1 %	Verhoogde hartslag in rust
9	28,6 %	Duizeligheid
10	28,3 %	Hoesten

Bron: Longfonds

Voetnoten:

- 1, 2 en 3: Impact of inspiratory muscle training in patients with COPD: what is the evidence? Eur Respir J 2011; 37: 416-425
 4: Fysiotherapie bij patiënten met COVID-19 Versie 2.0 / 3 juni 2020 KNGF, Amersfoort, 2020
 5: Sportgeneeskunde advies nazorg COVID-19: herstel fysieke fitheid Versie 1.1