



## IHHT MED - Ablauf in der Praxis für Patienten

### **IHHT MED wird auf Sie individuell zugeschnitten.**

Ein zertifiziertes IHHT MED-Gerät ist „intelligent“ und verfügt über zahlreiche Einstellungs-, Test-, Mess-, Automatisierungs- und Sicherheitsfeatures.

Nichts ist daher beim IHHT-Profi dem Zufall überlassen. Es folgen:

- eine Informationen zum Gerät, der Programmwahl und des Ablaufes der 1. Sitzung
- eine Aufklärung über die beste IHHT-Atemtechnik
- eine erste - natürlich sanft dosierte - Therapieeinheit

Sie atmen jetzt - bequem in einem Sessel sitzend - über eine Maske **einige Minuten in Intervallen** abwechseln mehr (Hyperoxie) oder weniger Sauerstoff (Hypoxie) als gewohnt.

Dieser Vorgang wiederholt sich 5-7 Mal.

Parallel erfolgt die Messung einiger Vitalparameter, wie z.B. der Sauerstoffsättigung im Blut und der Atem- und Herzfrequenz.

### **Das fühlt sich sehr gut an und Sie entspannen sich im Laufe der Sitzung.**

Die für Sie eingestellten vollautomatisierten Atemtrainings-Programme dauern jeweils ca. 50 Minuten. Die IHHT MED-Sitzungsprotokolle werden grafisch und numerisch aufgezeichnet und für die Planung der weiteren Einheiten ausgewertet und gespeichert.

Die Verlaufskontrollen erlauben die Intensität bestmöglich und schrittweise zu steigern und den erreichbaren Erfolg zu optimieren.

Zu Beginn werden 10 Einheiten mit 2 Terminen pro Woche durchgeführt.

### **Effekte sind bereits nach wenigen Sitzungen spür- und messbar.**

Hinweise zum Urheber- und Markenrecht: Alle Inhalte, Texte, Bilder, Grafiken, Darstellungen aller Art und Videos von ihht-consulting.at und active4health.at unterliegen dem Urheberrecht und anderen Gesetzen zum Schutz des geistigen Eigentums. Sie dürfen weder kopiert, verändert, downgeloaded oder auf anderen Webpages oder Publikationen jedweder Art verwendet werden. Verletzungen des Urheber- und Markenrechts werden ausnahmslos ohne vorherige Abmahnung gerichtlich verfolgt. © 2024 Mag. Alexander Daume