



Handleiding

# EWOT Multistep Oxygen Bag

---

Maart 2021  
Referentie: 001b



## **Inhoudsopgave**

<b>WAT IS EWOT.....</b>	<b>4</b>
<b>WAT ZIJN DE VOORDELEN VAN EWOT .....</b>	<b>4</b>
<b>WAT DOET HET IN JE LICHAAM.....</b>	<b>5</b>
<b>VOOR WIE IS EWOT GESCHIKT?.....</b>	<b>6</b>
<b>WAT IS NODIG OM EWOT TOE TE PASSEN? .....</b>	<b>7</b>
<b>AANSLUITEN VAN DE EWOT MULTISTEP OXYGEN BAG OP DE ZUURSTOFCONCENTRATOR .....</b>	<b>8</b>
<b>WAARSCHUWING .....</b>	<b>12</b>
<b>REINIGEN .....</b>	<b>12</b>
<b>GARANTIE .....</b>	<b>12</b>
<b>KLACHTEN .....</b>	<b>13</b>

## **WAT IS EWOT**

EWOT of Exercise with Oxygen Therapy, in het Nederlands Oefening met zuurstof therapie, is uitgevonden door Manfred von Ardenne (1907-1997), een Duitse onderzoeker, toegepast natuurkundige en uitvinder met ongeveer 600 patenten op diverse toepassingen, zoals elektronenmicroscopie, medische technologie, nucleaire technologie, plasmafysica en radio- en televisietechnologie.

Tijdens de EWOT wordt een hoger zuurstofniveau ingeademd om daarmee de hoeveelheid zuurstof in het bloedplasma te verhogen.

De impact van deze verhoogde bloedoxygenatie is een hernieuwde verwijding van de capillairen welke vernauwd zijn door zuurstoftekort veroorzaakt door stress, toxines, ziekte, ouderdom en andere oorzaken.

Wanneer EWOT correct wordt uitgevoerd kan al veel verbetering worden bereikt met een oefening van slechts 15 minuten, een paar keer per week.

## **WAT ZIJN DE VOORDELEN VAN EWOT**

Dr. Von Ardenne ontdekte dat met EWOT de verminderde microcirculatie van bloed van het endotheel en de haarvaten wordt hersteld.

Een versmalling van een capillair door zuurstofgebrek vanwege ziekte of door andere invloeden kan worden teruggedraaid door EWOT. Verhoogde zuurstof in het bloed en verbeterde zuurstofbenutting van de weefsels verwijdt de haarvaten opnieuw en lost ontsteking op.

De verhoogde oxygenatie van de cellen verhoogt ook de cellulaire ATP (cellulaire energie). Deze toename van het

energieniveau van het lichaam stimuleert het immuunsysteem, bevordert de gezondheid en verhoogt genezing.

Von Ardenne heeft met EWOT het volgende gedemonstreerd:

- Vermindert systemische ontsteking;
- Ondersteunt het lichaam bij oncologische problemen;
- Verhoogt het immuunsysteem;
- Verhoogt de energie;
- Ondersteunt het gewichtsverlies en helpt het lichaam om vet te verbranden;
- Heeft een anti-verouderingseffect op het lichaam door verbetering van het celmetabolisme;
- Ontzuurd het lichaam en verbetert de alkaliteit;
- Verhoogt de bloedsomloop;
- Verbetert atletische prestaties.

## **WAT DOET HET IN JE LICHAAM**

Het verhogen van de hoeveelheid (%) zuurstof in onze longen verhoogt de PAO<sub>2</sub> (de druk van zuurstof in de longblaasjes van de longen) waardoor meer zuurstof wordt gedwongen om over te gaan naar het bloed. Zuurstof dat niet meer in de rode bloedcellen kan worden opgenomen dringt door in het bloedserum. Het is deze bloedserumzuurstof die een groot deel van de voordelen van EWOT levert.

Oefening verhoogt de arteriële druk van zuurstof, PaO<sub>2</sub>, door de acties van verhoogde ademhaling, verhoogde hartslag en de verhoogde bloedcirculatie als gevolg daarvan. (In het onderzoek van Von Ardenne hadden

arbeidsongeschikte patiënten hun hartslag en ademhalingsfrequentie kunstmatig verhoogd, om PaO<sub>2</sub> te verhogen).

Deze toename in PaO<sub>2</sub> verbetert de mate van cellulaire opname van zuurstof aanzienlijk. Het is bekend dat bewegen goed is voor de gezondheid. In de tijd dat men nog lichamelijke arbeid verrichtte, waren er in het algemeen veel minder degeneratieve gezondheidsproblemen. Naarmate we minder bewegen nemen de problemen toe. Er is een directe relatie tussen bewegen en de opname van zuurstof in de weefsels en een directe relatie tussen dit betere gebruik van zuurstof en onze gezondheid. Door het toevoegen van een hogere PAO<sub>2</sub> (alveolaire O<sub>2</sub>-druk) komt meer O<sub>2</sub> beschikbaar via het serum naar weefsels, en dit is waar het onderzoek van Von Ardenne om draait.

## **VOOR WIE IS EWOT GESCHIKT?**

Een van de verrassende resultaten van lichaamsbeweging met zuurstof is dat bijna iedereen die in staat is om te bewegen er lichamenlijk voordeel van kan hebben - ongeacht of iemand jong of oud is, ziek of in goede gezondheid.

EWOT helpt mensen met gezondheidsproblemen op weg naar herstel door oxygenatie van het lichaam op cellulair niveau waardoor hun lichaam efficiënter presteert.

Voor mensen van middelbare leeftijd en daarboven biedt EWOT de anti-verouderingsvoordelen die het eerst door Von Ardenne zijn beschreven. Slechte cellulaire oxygenatie leidt tot cellulaire veroudering. Von Ardenne had slechts één sessie nodig om te ontdekken dat het gebruik van EWOT zorgt voor een omkeer van de aan leeftijd

gerelateerde zwelling in de haarvaten die leidt tot afnemende circulatie en cellulaire oxygenatie. Het omkeren van dit verouderingsproces geeft een verbetering in zowel het metabolisme als het energiegebruik. Voor atleten en gezondheidsbewuste mensen kan EWOT een mogelijkheid zijn om atletische vaardigheden te verbeteren, een voorsprong op de concurrentie te krijgen en prestaties naar een ander niveau te tillen.

Enkele voorbeelden waarbij EWOT effectief is gebleken:

- chronische vermoeidheid
- extreme vermoeidheid
- chronische spierpijn
- fibromyalgie
- polymyalgia rheumatica (PMR)

## **WAT IS NODIG OM EWOT TOE TE PASSEN?**

In vroege EWOT-protocollen werd gebruik gemaakt van een eenvoudige nasale canule die verse zuurstof afgeeft. De langzame zuurstofstroom was onder de hoge eisen van lichaamsbeweging niet toereikend en zorgde voor een minimale toename van bloedoxygenatie. Het nieuwe systeem kent geen limiet, wat betekent dat je zoveel zuurstof kunt opnemen als het lichaam aankan.

Het EWOT-systeem bevat de volgende componenten:

- Een zuurstofconcentrator (CE Klasse IIa) die een eindeloze hoeveelheid bijna zuivere zuurstof uit de lucht kan produceren;
- Een *EWOT Multistep oxygen bag* om genoeg zuurstof te verzamelen en vast te houden voor een training van 15 minuten.

- Een zuurstofslang als verbindingsstuk tussen de concentrator en de *EWOT Multistep oxygen bag*
- Een CPAP zuurstofslang van 2 meter met een doorsnee van 22 mm
- Een overdrukventiel



- Een EWOT 3M High-flow masker om de zuivere zuurstof af te geven zonder het binnendringen van externe lucht (non-rebreathing device)



Daarnaast heeft u een trainingsapparaat nodig naar keuze (hometrainer, elliptische trainer, loopband, enz.).

De inhoud van de *EWOT Multistep Oxygen bag* met een standaardmaat van 200x150 cm is 900 liter. De zuurstofflow is variabel, tussen de 20 en 50 liter per minuut (afhankelijk van uw longcapaciteit).



## AANSLUITEN VAN DE EWOT MULTISTEP OXYGEN BAG OP DE ZUURSTOFCONCENTRATOR

De EWOT Multistep Oxygen bag kan aangesloten worden op de zuurstofconcentrator door iedereen die de onderstaande punten volgt in combinatie met de installatie-tekening op pagina 11. Speciale kennis is niet vereist.



Hang de EWOT zuurstofzak ruim op aan grote haken of lussen

- Bevestig de zuurstofzak aan bijvoorbeeld het plafond of in een rek. Hang de zuurstofzak niet te strak- maar ruim op aan grote haken of lussen, zodat hij los hangt in de ruimte, en vrij blijft van het plafond en van de muur (circa 40 cm)
- Verbind de zuurstofconcentrator (CE Klasse IIa) met de zuurstofslang (A.) aan het ventiel (B.)
- Verbind de CPAP zuurstofslang 22 mm (C.) voor 'zuurstof uit' aan de connector aan de onderzijde van de oxygen bag.

- Sluit de CPAP zuurstofslang aan op het overdrukventiel wanneer u de zuurstofconcentrator niet gebruikt. Daardoor blijft uw *EWOT Multistep oxygen bag* altijd op de juiste druk .
- Zet de zuurstofconcentrator aan en wacht tot de zuurstofzak is gevuld.
- Verwijder het overdrukventiel en sluit het EWOT 3M High-flow masker aan op de CPAP zuurstofslang (D.).
- Begin uw oefeningen.

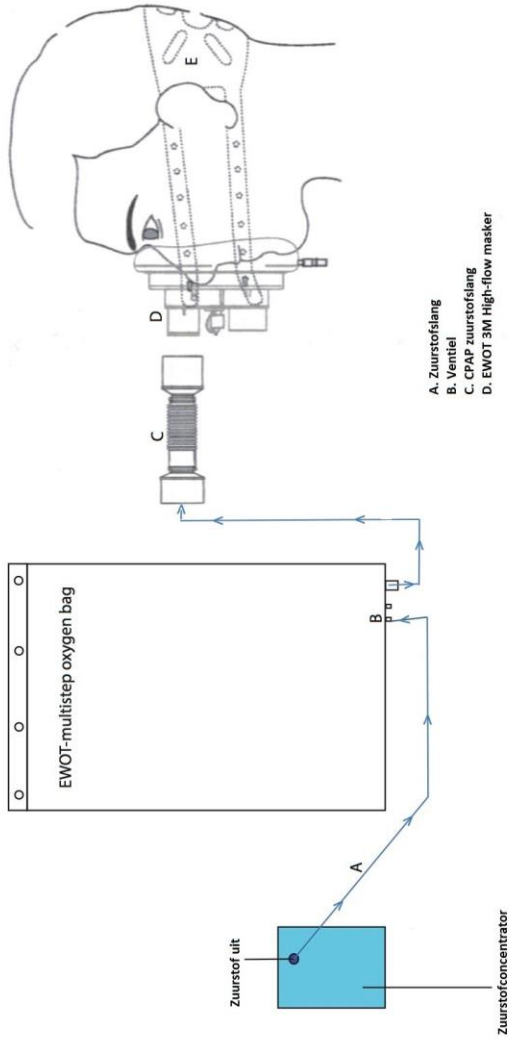
Voor een overzicht van de aansluitingen zie de tekening.

De beste prestatie ondervindt u wanneer de *EWOT Multistep oxygen bag* volledig is gevuld met zuurstof. Dit is voldoende om uw oefening van 15 minuten te voltooien.

De zuurstofconcentrator blijft in werking tijdens de oefening. Breng uw hartslag omhoog naar 100-120 slagen per minuut en wissel het inspanningsritme af.

De zuurstofflow is afhankelijk van uw inhalatie tijdens de oefening.

INSTALLATIE SCHEMA



## WAARSCHUWING:

Wanneer u de zuurstofconcentrator niet gebruikt sluit u het overdrukventiel aan op de CPAP zuurstofslang in plaats van het EWOT 3M High-flow masker. Het overdrukventiel zorgt ervoor dat uw *EWOT Multistep oxygen bag* altijd op de juiste druk blijft.

- Niet Roken.
- Niet gebruiken bij open vuur (keuken, open haard).
- Altijd voldoende ventileren (raam open).
- De *EWOT Multistep oxygen bag* is geen speelgoed, laat er geen kinderen mee spelen.

## REINIGEN









Neem de buitenkant van de *EWOT Multistep oxygen bag* regelmatig af met een vochtige doek. Wanneer u medische desinfectiemiddelen gebruikt, moet u de instructies van de fabrikant opvolgen.

## GARANTIE

Op de *EWOT Multistep oxygen bag* zit 3 maanden garantie. Bij normaal gebruik gaat de *EWOT Multistep oxygen bag* ca. 2 jaar mee.

## KLACHTEN EN VRAGEN

Bij klachten of vragen over de *EWOT Multistep oxygen bag*, het geleverde pakket of de gebruiksaanwijzing dient u contact op te nemen met Corpushair. Geef hierbij altijd de volgende informatie: productnaam, productienummer, serienummer, beschrijving van de klacht of uw vraag.

EWOT MULTISTEP OXYGEN BAG	
This product is a CE approved Class 1 Medical Device	
<b>REF</b> EMOB001	    
<b>LOT</b> 16112018	Made by Freeair.nl Dorpsstraat 207 6741 AH Lunteren The Netherlands
 2023-11	
	 8 945004 637529

## **SAMENVATTEND: VOOR WIE IS EWOT BEDOELD?**

Iedereen die kan bewegen heeft baat bij sporten met zuurstoftherapie, van topsporters tot oudere patiënten met een beperkte doorbloeding.

## **Waarom EWOT effectief kan zijn voor sportherstel of aandoeningen?**

Omdat het de afgifte van zuurstof verbetert - de meest essentiële stof in het leven. Een grote verscheidenheid aan ziekten, waaronder hartaandoeningen, kanker, aandoeningen van de bloedsomloop, worden in verband gebracht met zuurstoftekorten. Het oplossen van dat energietekort leidt tot betere prestaties en verlichting van klachten.

## **Voordelen van EWOT door 3 belangrijke factoren:**

1. EWOT 's vermogen om de zuurstofcirculatie te verbeteren
2. De bloedstroom te herstellen en
3. De ATP-productie (celenergie) te verhogen.

**Voor informatie neem contact op met uw  
EWOT- EN WATERSTOF EXPERT CORPUSAIR**

**Anita van der Wel**  
**[www.corpusair.nl](http://www.corpusair.nl)**  
**[info@corpusair.nl](mailto:info@corpusair.nl)**  
**06 53 67 71 76**

