



Mein prisma JOURNAL

Mein Therapietagebuch.

Herzlich willkommen

zu Ihrem persönlichen Therapietagebuch.

Mit prisma JOURNAL haben Sie einfach und schnell Zugriff auf Ihre Therapiedaten aus den Therapiegeräten

- prisma SOFT
- prisma SMART
- prisma 20C
- prisma 20A.

prisma JOURNAL unterstützt Sie beim Selbstmanagement Ihrer Therapie. Sie können Ihre Therapiedaten im Verlauf komfortabel und umfassend darstellen, Informationen über Ihre Schlafqualität erhalten, eine druckoptimierte Ansicht der Therapieübersicht erstellen und vieles mehr.

Ganz wichtig für Sie: Ihre Daten werden nicht ins Internet hochgeladen, sondern ausschließlich lokal auf Ihrem PC verarbeitet und verlassen ihn nicht.

Wir wünschen Ihnen neben einem hohen Therapieerfolg und einem erholsamen Nachtschlaf viel Freude mit Ihrem Therapietagebuch prisma JOURNAL.

Mein prisma JOURNAL: Schlafen Sie gut und bleiben Sie informiert!



Inhalt

Herzlich willkommen	2
Daten hochladen	3
Spracheinstellung ändern	4
Bericht drucken	5
Nutzungsdauer	6
AHI (Apnoe-Hypopnoe-Index)	7
Tiefschlafindikator	8
Druckbedarf	9
Maskenleckagen	10
Tipps & Tricks /	
Fragen & Antworten	11

Daten hochladen

1. Nehmen Sie die SD-Karte aus dem Therapiegerät.
2. Stecken Sie die SD-Karte in den SD-Kartenschlitz Ihres Computers.
3. Klicken Sie nun den Link zu prisma JOURNAL an: <https://mein.prismajournal.com>
4. Um die Therapiedatei zu öffnen, klicken Sie auf **Durchsuchen**.
5. Wählen Sie auf der SD-Karte die Datei statistic.psstat aus.
Eine Übersicht des letzten Monats öffnet sich.
6. Um einen anderen Berichtszeitraum auszuwählen, klicken Sie in der oberen Zeile auf den gewünschten Zeitraum (z.B. 6 Monate). Durchschnittswerte im ausgewählten Zeitraum für die wichtigsten Therapieparameter sowie Angaben zu Ihrem Therapiegerät und Einstellungen werden übersichtlich angezeigt.
7. Klicken Sie auf **Vorname, Name** um Ihren Namen einzugeben.

The screenshot displays the 'prisma JOURNAL' web interface. At the top, there's a header with the logo and a placeholder 'von: Vorname, Name'. Below this is a navigation bar with tabs for '1 Monat', '3 Monate', '6 Monate', and '12 Monate'. The left sidebar contains a menu with options: 'Übersicht', 'Nutzungsdauer', 'AHI', 'Druckbedarf', 'Maskenleckagen', 'Sprache/Language', 'Nutzerhinweise & Tipps', and 'Glossar'. The main content area shows data for the selected '1 Monat' period. It includes a table with columns for 'Nutzungsdauer', 'AHI', 'Maskenleckagen', and 'Druckbedarf', displaying values: 7:30 h, 8 /h, 9 %, and 11 hPa respectively. Below this, a note states: 'Die angezeigten Werte beziehen sich auf Tage, an denen das Gerät genutzt wurde (30 von 30)'. A green button labeled 'Druckvorschau des Gesamtberichts über 1 Monat öffnen' is present. Further down, a section titled 'Tage nach Nutzungsstunden' shows a table with usage patterns and their frequencies. At the bottom, a 'Mein Therapiegerät' section lists device details like 'Gerät: prisma20A', 'Version: 4.05.0007', 'Modus: APAP', 'softPAP-Stufe: soft2', 'Therapiedruck: min 4 hPa', and 'max 12 hPa'. The footer contains the 'LÖWENSTEIN Medical' logo, version information 'prisma JOURNAL 1.1.0 © 2000-2019', company details 'Löwenstein Medical Technology GmbH + Co. KG', and a list of links: 'Home | Impressum | AGB | Datenschutz | Lizenzen | Historie'.

prisma JOURNAL von: Vorname, Name			
1 Monat			
Nutzungsdauer	AHI	Maskenleckagen	Druckbedarf
7:30 h	8 /h	9 %	11 hPa
Die angezeigten Werte beziehen sich auf Tage, an denen das Gerät genutzt wurde (30 von 30).			
Druckvorschau des Gesamtberichts über 1 Monat öffnen			
Tage nach Nutzungsstunden			
Tage ohne Nutzung:	0	Tage mit 4-5 Stunden:	0
Tage mit weniger als 3 Stunden:	0	Tage mit 5-6 Stunden:	1
Tage mit 3-4 Stunden:	0	Tage mit mehr als 6 Stunden:	29
Mein Therapiegerät			
Gerät:	prisma20A	softPAP-Stufe:	soft2
Version:	4.05.0007	Therapiedruck:	min 4 hPa
Modus:	APAP		max 12 hPa

Spracheinstellung ändern

1. Um die Spracheinstellung zu ändern, klicken Sie als erstes auf das Menü **Sprache/Language**.

Übersicht

Nutzungsdauer

AHI

Druckbedarf

Maskenleckagen

Sprache/Language

Nutzerhinweise & Tipps

Glossar

prisma JOURNAL von: Vorname, Name


1 Monat

3 Monate

6 Monate

12 Monate

Nutzungsdauer	AHI	Maskenleckagen	Druckbedarf
7:30 h	8 /h	9 %	11 hPa
Die angezeigten Werte beziehen sich auf Tage, an denen das Gerät genutzt wurde (30 von 30).			
Druckvorschau des Gesamtberichts über 1 Monat öffnen			
Tage nach Nutzungsstunden			
Tage ohne Nutzung:	0	Tage mit 4-5 Stunden:	0
Tage mit weniger als 3 Stunden:	0	Tage mit 5-6 Stunden:	1
Tage mit 3-4 Stunden:	0	Tage mit mehr als 6 Stunden:	29
Mein Therapiergerät			
Gerät:	prisma20A	softPAP-Stufe:	soft2
Version:	4.05.0007	Therapiedruck:	min 4 hPa
Modus:	APAP		max 12 hPa

prisma JOURNAL 1.1.0 © 2000-2019
Löwenstein Medical Technology GmbH + Co. KG | Alle Rechte vorbehalten

Home | Impressum | AGB | Datenschutz | Lizenzen | Historie

2. Wählen Sie nun die gewünschte Sprache aus. Die Sprache wird übernommen und ist beim erneuten Starten von prisma JOURNAL eingestellt.

Übersicht

Nutzungsdauer

AHI

Druckbedarf

Maskenleckagen

Sprache/Language

Nutzerhinweise & Tipps

Glossar

prisma JOURNAL von: Vorname, Name

Deutsch

English

français

italiano

日本語

русский

Bericht drucken

Um einen Bericht über den gewählten Zeitraum zu drucken, klicken Sie im Menü **Übersicht** auf die Schaltfläche **Druckvorschau des Gesamtsberichts über X Monate öffnen**.

The screenshot shows the 'prisma JOURNAL' interface with the 'Übersicht' menu selected. The main content area displays usage data for 1 month, including AHJ, Maskenleckagen, and Druckbedarf. A red box highlights the button 'Druckvorschau des Gesamtsberichts über 1 Monat öffnen'.

Nutzungsdauer	AHJ	Maskenleckagen	Druckbedarf
7:30 h	8 /h	9 %	11 hPa

Die angezeigten Werte beziehen sich auf Tage, an denen das Gerät genutzt wurde (30 von 30)

Druckvorschau des Gesamtsberichts über 1 Monat öffnen

Mein Therapiegerät

Gerät:	prisma20A	softPAP-Stufe:	soft2
Version:	4.05.0007	Therapiedruck:	min 4 hPa
Modus:	APAP		max 12 hPa

HINWEIS

Navigation

Navigieren von der Druckvorschau zurück zur Startseite:

Um zur Startseite (dem Menü **Übersicht**) zurückzukommen, klicken Sie entweder auf das Menü **Startseite**

oder

auf den Schriftzug **prisma JOURNAL**.



Nutzungsdauer

Die **Nutzungsdauer** gibt die Stunden einer Nacht an, in denen das Gerät verwendet wurde. Die durchschnittliche Nutzungsdauer über einen längeren Zeitraum wird automatisch ermittelt. Wenn Sie die Maus über die Säulen bewegen, erhalten Sie weitere detaillierte Informationen.



Diverse Studien haben eine Wirksamkeit der CPAP-Therapie in Abhängigkeit von der Nutzungsdauer oder bei einer Nutzungsdauer von mehr als 4 Stunden nachgewiesen.

AHI (Apnoe-Hypopnoe-Index)

Der **AHI** gibt Ihnen einen Hinweis darauf, wie wirkungsvoll Ihre Therapie ist. Die Höhe des AHI (Apnoen + Hypopnoen pro Stunde) ist aufgeteilt in

- zentrale Apnoen/Hypopnoen,
- obstruktive Apnoen/Hypopnoen
- geschlossene Apnoen bei hohem Druck

Wenn Sie die Maus über die Säulen bewegen, erhalten Sie weitere detaillierte Informationen.



Bitte kontaktieren Sie Ihren Arzt, wenn Sie erkennen, dass der AHI über einen längeren Zeitraum zunimmt oder dauerhaft höher als 10 ist, damit ggf. der Druck oder die Druckgrenzen Ihres Therapiegerätes angepasst werden.

Tiefschlafindikator

prisma SOFT/prisma SMART ab Firmware-Version 3.5

Der **Tiefschlafindikator** kennzeichnet die Zeit, die Sie im Tiefschlaf verbringen – eine besonders erholsame Schlafphase. Während des Tiefschlafs verläuft die Atmung gleichmäßiger als in allen anderen Schlaf- bzw. Wachphasen.

Der neuartige Algorithmus Ihres Therapiegeräts prisma RECOVER wertet fortlaufend das Atemmuster aus und ermittelt die Tiefschlafdauer aus der Gleichmäßigkeit und Ruhe Ihrer nächtlichen Atmung.



Die Dauer der Tiefschlafphasen ist individuell, geschlechts- und altersabhängig sehr verschieden. Der Tiefschlafindikator ist lediglich **ein** Parameter in der Gesamtbewertung eines erholsamen Schlafs.

Druckbedarf

Der **Druckbedarf** wird als P90 (90. Perzentile für Druck) eines Tages angezeigt. D.h. der angegebene Druckwert war für 90 % des gewählten Therapiezeitraums ausreichend.

Wenn Sie die Maus über die Säulen bewegen, erhalten Sie weitere detaillierte Informationen.



Maskenleckagen

Eine möglichst geringe Maskenleckage ist sehr wichtig für eine effektive und komfortable Therapie. Für eine uneingeschränkte Gerätereaktion und eine hohe Therapieeffektivität sollten die Phasen mit kritisch hoher Leckage auf ein Minimum reduziert oder vermieden werden.

Im Menü Maskenleckagen wird der Anteil der Therapiezeit mit einer kritisch hohen ungewollten Leckage über 50 l/min prozentual angezeigt.



Tipps & Tricks / Fragen & Antworten

Mein Browser wird nicht unterstützt. Wie kann ich den Link öffnen?

Aktualisieren Sie Ihren Browser. Lassen Sie Javascript zu.

Kann ich Therapiedaten aus einer weiteren Datei laden?

Andere Dateien (z. B. aus dem Archiv) können Sie laden, indem Sie die **Taste F5** drücken.

Wie komme ich wieder zurück zur Startseite oder zur vorherigen Seite?

Verwenden Sie nicht die Zurück-Taste des Browsers sondern die entsprechenden Schaltflächen in prisma JOURNAL.



Mein prisma JOURNAL:
Schlafen Sie gut und bleiben Sie informiert!



<https://mein.prismajournal.com>



p10334de1904 © Urheberrechtlich geschützt.
Vervielfältigung jeder Art nur mit ausdrücklicher Genehmigung durch Löwenstein Medical Technology.

Löwenstein Medical Technology
Kronsaalsweg 40, 22525 Hamburg
Deutschland
T: +49 40 54702-0
F: +49 40 54702-461
info@loewensteinmedical.de
www.loewensteinmedical.de

