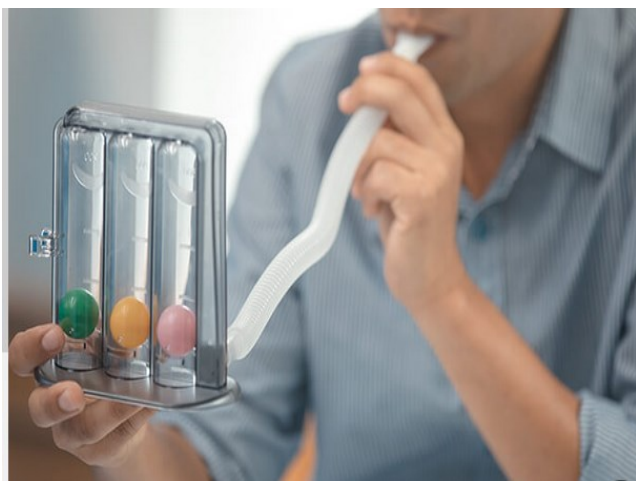




آموزش به بیمار

اسپیرومتری تشویقی چیست؟



بیمارستان آموزشی، پژوهشی و
درمانی شهید هاشمی نژاد مشهد
واحد آموزش به بیمار

نکات قابل توجه:

- دانه پلاستیکی اسپرومتر را قبل و بعد از استفاده بشوید.
- داخل دستگاه فوت نکنید.
- دستگاه را در محیط مرطوب قرار ندهید.
- این دستگاه فقط برای شماساز از دستگاه دیگران استفاده ننمایید.
- مواظب باشید دستگاه به زمین نیفتد چون در اینصورت دیگر قابل استفاده نخواهد بود.



منبع: WWW.medlineplus.com

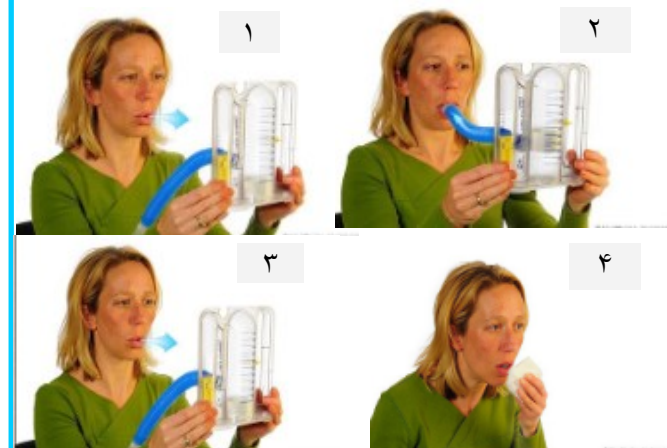
مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید هاشمی
نژاد تلفن: ۱۵-۱۱-۲۷۳۷۰۵۱۳ و یا با شماره ۳۱۰۹ و در
صورت داشتن سوال می توانید با شماره اورژانس مرکزی
داخلی ۲۰۴۹ تماس بگیرید.

سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه
روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سؤالات
شما می باشد تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد. جهت دریافت
پمفلت های آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



- ۱ یک تنفس آرام و عمیق بکشید. هنگامی که هوا را به درون ریه میکشید پیستون یا توپ ها شروع به حرکت میکنند.
- ۲ تا جایی که در توان دارید با درون کشیدن هوا توپ ها یا پیستون را به حدی که پزشک تان تجویز کرده است نزدیک کنید.
- ۳ زمانی که دیگر توانایی داخل کشیدن هوا را ندارید.
- ۴ نفس خود را برای چند ثانیه حبس کنید (۱۲ الی ۱۵ ثانیه) کنید)
- ۵ بین هر تنفس ۳۰ تا ۶۰ ثانیه استراحت نمایید تا از سرگیجه به خاطر افزایش میزان اکسیژن و کاهش دی اکسید کربن خون پیشگیری گردد.
- ۶ هوا را بیرون داده و به راحتی نفس بکشید تمام موارد را به تعدادی که پزشکتان توصیه کرده انجام دهید.
- ۷ معمولاً بین ۱۰ تا ۱۵ بار در ساعت انجام دهید. بعد از اتمام، چند سرفه بکنید تا تمام مخاطی که در ریه جمع شده خارج شود و تنفس راحت تر گردد.



اسپیرومتری تشویقی یا اسپیرومتری انگیزشی

اسپیرومتر تشویقی یا اسپیرومتر خانگی وسیله ای است که شمارابه انجام دم آرام وعمیق تشویق می کند. هدف از استفاده آن جلوگیری از ایجاد عوارض تنفسی بعد از جراحی مثل تنگی نفس، عفونت های تنفسی، جلوگیری از چسبیدن ریه ها به یکدیگر می باشد. همچنین، افراد می توانند چند روز پیش از جراحی تمرین با این وسیله را آغاز کنند تا دوران نقاهت آسان تری داشته باشند.

در اسپیرومترهای تشویقی اگر دم فرد جریان هوای مناسبی ایجاد کند، توپهای دستگاه به بالا حرکت می کنند. فرد با مشاهده میزان توان تنفسی خود در به حرکت در آوردن توپها، انگیزه تمرین بیشتری پیدا میکند و این باز خورد بصری به افزایش توان تنفسی و اتساع ریه ها کمک خواهد کرد.



اسپیرومتر تشویقی چیست؟

یکی از مهمترین عوارض بعد از عمل های جراحی، مشکلات تنفسی می باشد. از طرفی بعضی عوامل نظیر درد، سرفه نکردن، نفس های سطحی یا بی حرکتی بیمار می تواند این عوارض را تشدید نماید که در اثر آن تجمع ترشحات ریوی و روی هم خوابیدن ریه ها و تنگی نفس به وجود می آید.

موارد کاربرد اسپیرومتری تشویقی:

بعد از عمل جراحی: انجام دم های کند و عمیق، کل بافت ریه را به کار می گیرد و به این ترتیب توانایی ریه بیمار افزایش داده می شود.



تأثیرات استفاده از این دستگاه بر روند بیماری:

- ❶ افزایش و بهبود تهویه بیمار
- ❷ جلوگیری از تجمع ترشحات ریوی
- ❸ عادت کردن بیمار به کشیدن نفس های عمیق
- ❹ تصحیح الگوی تنفسی
- ❺ تقویت عضلات تنفسی
- ❻ آگاهی بیمار از وضعیت تنفسی خود
- ❼ تشویق و ایجاد انگیزه در بیمار

اسپیرومتر انگیزشی برای چه افرادی توصیه می گردد؟

- ❶ بیمارانیکه جراحی مربوط به سیستم تنفسی انجام داده اند.
- ❷ بیمارانیکه عمل قلب باز انجام داده اند یا قرار است انجام بدهند.
- ❸ در بیمارانیکه آسیب به سیستم تنفسی آنها رسیده است.
- ❹ بیمارانیکه نیاز است برای مدت طولانی در تخت بمانند

نحوه استفاده از اسپیرومتری تشویقی :

- ❶ بنشینید یا بصورت صاف بایستید و اسپیرومتر را در مقابل خود نگه دارید.
- ❷ ابتدا یک تنفس عمیق بکشید سپس قطعه دهانی را بین دو لب قرار دهید (دقت کنید زبان نباید مانع از عبور هوا شود).