

❖ فیزیوتراپی قفسه سینه چیست؟

در افرادی که از بیماریهای ریه شاکی میباشند استفاده می شود که شامل تمرینات تنفسی تمرینات سینه و سرفه موثر میباشد. در این بیماران ترشحات از حد طبیعی بیشتر بوده و از غلظت و چسبندگی خاصی برخوردار میباشند و بیمار به راحتی قادر به دفع این ترشحات با سرفه کردن نمیشد. در صورتیکه این ترشحات به مدت طولانی در ریه ها باقی بماند باعث عدم کارایی دستگاه تنفس و عفونت راه هوایی و آسیب به بافت ریه میشود پس با انجام فیزیوتراپی قفسه سینه از این عارضه جلوگیری میکنیم.



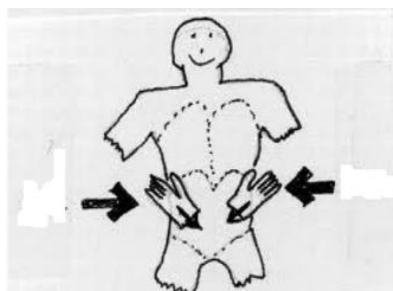
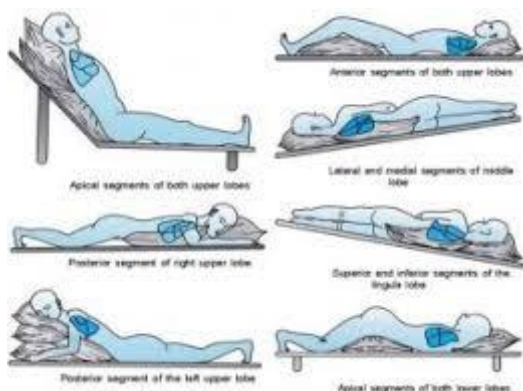
❖ شکل زیر یکی از روشهای صحیح انجام فیزیوتراپی سینه در منزل را نشان میدهد



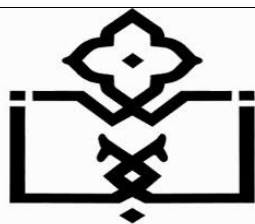
باید توجه داشت که بیمار بهتر است ناشتا باشد و داروهای گشاد کننده برونش دریافت کرده باشد



استفاده از وضعیت های خاص که باعث خروج ترشحات شود در شکل های زیر نشان داده شده است



تکنیک دست برای لرزش، مچ و آرنج باید سفت باشند. و حرکات لرزش با عضلات شانه انجام شود. وضعیت دست برای لرزش



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی استان زنجان

مرکز آموزشی درمانی الغدير ابهر

واحد آموزش بیمار

فیزیوتراپی تنفسی در منزل



شماره تلفن بیمارستان الغدير جهت پاسخگویی به
سوالات بیماران 02435368200 بخش

در صورت وجود بخیه در محل جراحی محل
پرش
با بالاش نگهداشته شود.
در صورتی که علانم زیر در بیمار مشاهده
شد
فیزیوتراپی قطع شود.
-درد فزاینده
-تنفس کوتاه
-ضعف و سرگیجه
-سرفه یا خلط خونی

منبع: برونر سودارث -تنفس 2018

تهیه کننده: خانم سیما طارمی
کارشناس پرستاری

با تایید دکتر ابوالفضل سلیمانی
متخصص بیماریهای داخلی

تدوین: واحد آموزش به بیمار

- سوالاتی که ممکن است مطرح شود
- چند بار در روز فیزیوتراپی انجام داده میشود؟
- بسته به میزان ترشحاتی که بیمار دارد میباشد اما 3 بار کافی است
- آیا این کار هر روز انجام میدهیم؟
بله تا زمان بهبود بیمار.
- در صورتی که بیمار خلط خونی داشته باشد باید انجام دهیم؟
- توصیه داده میشود که از مایعات گرم استفاده نماید و با پزشک مشورت کنید
- در حین انجام فیزیوتراپی باید بیمار در موقعیت راحت قرار گیرد
- بیمار باید لباس تنگ نپوشد
- قبل از غذا یا حداقل 2 ساعت بعد از غذا فیزیوتراپی انجام شود.
- قبل از انجام فیزیوتراپی اگر بیمار درد دارد به بیمار مسکن داده شود