



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گل‌سار

اسپیرومتری تشویقی چیست و چگونه از آن استفاده کنید؟



تهیه کننده: کارگروه آموزش بیماربخش جراحی

تدوین: دی ۱۴۰۱

بازنگری خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۰۱۳-۳۴۹۰۰

آدرس: رشت - گل‌سار - بلوار سمیه

کد پمفلت: T3-AC-04



چنانچه بعد از چندبار کار با دستگاه احساس خستگی نمودید تمرین خود را قطع نموده و بعد از مدتی استراحت دوباره تمرین خود را شروع کنید.

مدت و دفعات کار با اسپیرومتری تشویقی چگونه است؟

روز قبل از عمل: مرتب با دستگاه کار کنید تا طرز استفاده آن را بطور کامل یاد بگیرید.

روز اول و دوم بعد از عمل: در هنگام بیداری هر دو ساعت یک بار تا هنگام خستگی ادامه دهید.

روز سوم بعد از عمل: هر یک الی دو ساعت

روز چهارم بعد از عمل و به بعد: هر چهار ساعت یکبار

منبع: برونر و سودارث ۲۰۱۸

چگونه از دستگاه اسپیرومتری استفاده کنید؟

۱. در حالت خوابیده روی تخت کمی پشتی تخت را بالا بیاورید و به پشت تخت تکیه نمایید.
۲. سپس با یک دست لوله اسپیرومتر را گرفته و در دهان خود قرار دهید و با دست دیگر اسپیرومتر را گرفته و آن را جلوی صورت خود بگیرید.
۳. بطوری که حرکت توپ داخل دستگاه را که با هر تنفس به طرف بالا و پایین به حرکت در می آید را مشاهده نمائید.
۴. سپس یک نفس عمیق بکشید. و سعی کنید که توپ داخل دستگاه را به حرکت در آورید و آن را تا اندازه ای که برایتان تجویز شده است بالا آورده و چند ثانیه ای آن را مقابل عدد مورد نظر نگهدارید.
۵. سپس به آرامی هوا را از داخل ریه ها خارج نمائید و دوباره این کار تکرار نمائید.



استفاده از اسپرومتری انگیزی چه تاثیری در بهبودی بیمار خواهد داشت؟

- افزایش و بهبود تهویه بیمار
- پیشگیری از روی هم خوابیدن ریه و تجمع ترشحات ریوی
- تصحیح الگوی تنفسی
- کمک به کنترل تنفس بیمار
- افزایش قدرت، هماهنگی و تقویت عضلات تنفسی
- اکسیژن گیری کافی ریه ها
- متحرک کردن دیواره قفسه سینه
- تشویق و ایجاد انگیزه در بیمار جهت انجام تنفسهای عمیق و درست
- آگاهی بیمار از وضعیت تنفسی خود و سعی در بهبود آن

بعد از عمل جراحی انجام دم های آرام و عمیق، کل بافت ریه را به کار می گیرد و به این ترتیب از به روی هم خوابیدن حبابچه های ریه، پیشگیری می نماید.

بعد از جراحی ممکن است درد محل عمل، استفاده از این دستگاه را مشکل ساز کند بنابراین بهتر است قبل از انجام جراحی عملکرد تنفسی را از نظر حجم و قدرت عضلات تنفسی بهبود ببخشید و با آن تمرین نمایید تا طرز صحیح کار با آن را یاد بگیرید.



اسپرومتری تشویقی (انگیزی) چیست؟

یکی از مهمترین عوارض بعد از عمل، مشکلات تنفسی مانند: تجمع ترشحات ریوی، روی هم خوابیدن ریه ها و تنگی نفس است. از طرفی بعضی عوامل نظیر درد، سرفه نکردن، نفس های سطحی یا بی حرکتی بیمار می تواند این عوارض را تشدید نماید. یکی از راههای کاهش عوارض تنفسی و افزایش بازده تنفسی استفاده از دستگاه اسپرومتری تشویقی می باشد.

هدف از اسپرومتری تشویقی اتساع منظم ریه ها تا رسیدن به ظرفیت کل ریوی است.



این دستگاه یک وسیله توانبخشی کمکی است.