

Dechová rehabilitace/SŠ (sestra)



Tento článek je určen pro studenty středních a vyšších odborných škol oboru zdravotní sestra

Prosíme, neprovádějte věcné editace, nemáte-li potřebnou kvalifikaci. Editujte s rozvahou. Věcné změny nejprve projednejte v diskusi.

Základním cílem **dechové rehabilitace** je podpora plicní ventilace a vykašlávání sekretu z dýchacích cest. Lze pomocí ní zvýšit i účinek nebulizace. Dechová rehabilitace není jen úkolem fyzioterapeuta, podíl sestry je významný.

Úkolem sestry je

- Spolupráce s fyzioterapeutem (FT).
- Kontrolní činnost P/K.
- Edukace a stimulace P/K provádět cviky i bez přítomnosti FT.
- Provádění některých technik dechové rehabilitace.

Aktivní cyklus dechových technik

- 3 samostatné techniky dýchání,
- P/K cvičí pod vedením fyzioterapeuta či ošetřující sestry.
- P/K sedí či leží.

1. Cvičení na zvýšení pružnosti hrudníku:

Pomalé maximální nádechy nosem či ústy → pomalý výdech ústy nebo nosem. Cílem tohoto cvičení je aktivace kolaterální alveolární ventilace.

2. Technika silového výdechu a huffing:

Technika zrychleného výdechu → zrychlený, silový, aktivní výdech přes pootevřená ústa. Ukončeno expektoračním huffingem → slouží k mobilizaci sekrece z plic → odstranění hlenu bez kašle.

3. Kontrolované dýchání:

nádechy jsou klidné, uvolněné směřující do břišní oblasti → výdech pasivní, bez aktivování břišních svalů.

Autogenní drenáž

- Indikace: P/K s CHOPN s nadměrnou bronchiální sekrecí.
- Cvičení prováděno v sedě či vleže.
- P/K dýchá vědomě a zcela dýchání řídí svou myslí. Nádech je pomalý a plynulý, po jeho dokončení provede P/K inspirační pauzu, po pause následuje pomalý, dlouhý a plně kontrolovaný výdech se zapojením dýchacích svalů přes pootevřená ústa.

PEP systém

PEP = positive expiratory pressure P/K vydechuje proti zvýšenému tlaku, který je dán pomůckou.

CPAP terapie

P/K je na obličej připevněna kyslíková maska, která má na výdechový ventil zařazen výdechovou brzdu, tzv. PEEP. Hodnota pozitivního tlaku je nastavována dle potřeb a zdravotního stavu P/K.



Oscilující PEP systém

- Pomůcky s kmitavými či vibračními efekty působící na dýchací cesty.

P/K vydechují do pomůcky, kde se tvoří chvějivé vibrace, ty se převádí až na bronchioly, v dýchacích cestách se vytvoří odpor v hodnotě od 5 do 20 cm H₂O.

- K pomůckám patří např.:

1. Acapella® (<https://www.asker.cz/sortiment/rehabilitace/dechova-rehabilitace/acapella.html>)
2. TriFlow® (<https://alicehzyy.en.made-in-china.com/product/YMoEsSvPMecC/China-Triflow-Incentive-Spirometer.html>)
3. <https://www.asker.cz/thera-pepl/> Thera PEP®]
4. Flutter® (<https://evergreen-nebulizers.co.uk/medix-flutter>)
5. RC-Cornet® (<http://www.respan.com/pages/rccornet.htm>)

Manuální pomoc při vykašlávání

- Někteří P/K potřebují pomoc při vykašlávání.

P/K se nadechne a při výdechu sestra stlačí minimálně 2× prudce hrudník. Stlačení lze provést buď rukama v jedné nebo ve dvojici pomocí složené podložky či ručníku pod hrudníkem.

- Pokud má P/K zavedenu endotracheální kanylu (viz endotracheální intubace) či tracheostomii, nesmí sestra zapomenout odsát uvolněný hlen!

Intrapulmonální perkusivní ventilace

- Tato terapie využívá tryskový ventilátor.

P/K má na obličej nasazenu masku pro neinvazivní umělou plicní ventilaci nebo pomocí náustku. Ventilátor vtlačuje dýchací směs tlakovými impulsy do dýchacích cest. Uvnitř v dýchacích cestách se vytváří tlakové vlny, které rozšiřují bronchioly a usnadní tak prostup dýchací směsi k alveolům a zajistí její lepší rozložení, hlen je stále posunován orálním směrem a je tak usnadněno vykašlávání.

Odkazy

Použitá literatura

- KOLÁŘ, Pavel, et al. *Rehabilitace v klinické praxi*. 1. vydání. Praha : Galén, 2009. 713 s. ISBN 978-80-7262-657-1.