

فیزیوتراپی قفسه سینه

آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:

مراقبت در منزل :

- قبل از انجام فیزیوتراپی ابتدا بیمار را حدود 20-30 دقیقه با آب بخور دهید. سپس بیمار را به صورت نیمه نشسته قرار دهید و فیزیوتراپی را انجام دهید.
- دست خود را به صورت کاسه در آورده و از سمت پایین قفسه سینه به سمت بالا ضربه وارد کنید. این کار را در هر دو سمت قفسه سینه انجام دهید و سعی کنید ضربه ها در تمامی نقاط زده شود. دقت کنید ضربه ها باید از پایین قفسه سینه به سمت بالا زده شود.
- در حین انجام فیزیوتراپی بیمار را تشویق به سرفه کنید.
- بیمار را در وضعیت کاملاً نشسته و در صورتی که قادر به نشستن نیست به پهلو بخوابانید و این کار را در پشت قفسه سینه مجدداً تکرار کنید.
- در صورتی که بیمار دچار شکستگی در استخوان های قفسه سینه شده باشد از انجام فیزیوتراپی در آن قسمت از قفسه سینه خودداری کنید و از پزشک معالج خود راهنمایی بخواهید.
- بستگی به میزان ترشحات بیمار دارد اما حدود 3 بار در روز کافی است بهتر است قبل از هر بار ساکشن کردن فیزیوتراپی قفسه سینه را انجام دهید.
- تا زمان بهبودی کامل بیمار باید فیزیوتراپی قفسه سینه را انجام دهید.
- اگر در حین فیزیوتراپی بیمار تهوع و استفراغ داشت، فیزیوتراپی را به تعویق بیندازید.
- بیمار را تشویق کنید تا مرتب سرفه کند و نفس عمیق بکشد.
- بیمار را وادار کنید هر چه سریع تر فعالیت بدنی را شروع کند. فعالیت مانع تجمع ترشحات در ته ریه می شود.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید
- خلط خونی
- افزایش خلط علی رغم فیزیوتراپی
- تنگی نفس و تب
- سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی