

فیزیوتراپی تنفسی chest physiotherapy



فیزیوتراپی قفسه سینه یا فیزیوتراپی تنفسی عبارت است از مجموعه روش‌هایی که جهت کمک به پاکسازی راه‌های هوایی و افزایش عملکرد دستگاه تنفس در ارتباط با یک بیماری تنفسی انجام می‌گیرد. فیزیوتراپی در بیماران تنفسی شامل اصلاح الگوی تنفسی، تقویت عضلات سیستم تنفسی، تخلیه ترشحات داخل ریه و مجاری تنفسی، همچنین تحریک رفلکس سرفه و آموزش روش‌های تنفسی و تمرینات تنفسی است. برای درمان بیماران قلبی بستری شامل بهبودی وضعیت بیمار و نیز افزایش کارایی سیستم قلبی عروقی است. گاهی این روش درمانی ممکن است با هدف تصحیح یا پیشگیری از اختلالات وضعیتی (پوسچرال) در یک بیماری که فاقد مشکل تنفسی است نیز صورت گیرد (مثلا در موارد اسکولیوز و مراحل پیشرفت بیماری پارکینسون). انجام فیزیوتراپی تنفسی معمولا بلافاصله باعث افزایش حجم خلط تخلیه شده در بیماران دارای مشکل ریوی می‌گردد، ولی با این حال دلیلی مبنی بر اینکه فیزیوتراپی قادر به ایجاد اثری بر روند طبیعی بیماری داشته باشد، وجود ندارد.

بیماری‌هایی که نیاز به فیزیوتراپی تنفسی دارند عبارت‌اند از جراحی در ناحیه قفسه سینه، ضعف در عضلات سیستم تنفسی، شکستگی دنده‌ها، بیماری‌های تنفسی مثل پنومونی یا ذات الریه، آمبولی ریه، آبسه ریه، برونشکتازی، آتلکتازی، برونشیت مزمن، آمفیژم، و آسم و سرطان عناصر تنفسی و نیز بیماری‌هایی همچون ایسکمی قلبی، ترومبوفلیت، واریس، و غیره. برای تمامی جراحی‌ها فیزیوتراپی ریه قبل و بعد از عمل جراحی توصیه شده است.

اهداف فیزیوتراپی تنفسی عبارتند از:

- بهبود تهویه
- افزایش عملکرد ماهیچه‌های تنفسی
- بهبود استقامت فعالیت‌های عمومی
- جلوگیری از تجمع ترشحات ریوی
- بهبود سرفه
- افزایش تحریک قفسه سینه
- تصحیح الگوی تنفس پیشگیری از آتلکتازی
- اصلاح یا پیشگیری از تغییر شکل‌های وضعیتی

روش‌ها و تکنیک‌ها

- فیزیوتراپی تنفسی دارای اصول و روش‌های خاصی است و با توجه به شرایط بیمار به کار می‌رود که شامل یک یا ترکیبی از موارد زیر است:
- تکنیک‌های دستی شامل:
 - پرکاشن (Percussion)
 - ویبریشن (Vibration)
 - شیکینگ (Shaking)
 - تکنیک‌های تخلیه وضعیتی
 - گرفتن سرفه و آموزش آن
 - تمرینات تنفسی
 - انجام ساکشن

تهیه کننده: نسرین مجدی (کارشناس فیزیوتراپی)

