

در بدن انسان دو عدد شش (ریه) وجود دارد که هوای پر از اکسیژن را از محیط گرفته و هوای آلوده‌ی پر از دی اکسید کربن را به محیط پس می‌دهد و از این طریق غذای لازم برای سلول‌های بدن یعنی اکسیژن را به آنها می‌رساند.

وجود کمی مایع در فضای بین ریه‌ها و قفسه‌ی سینه (فضای جنب) به حرکت ریه‌ها بدون سایش در حین تنفس کمک می‌کند. اما ورود میزان کمی از هوا، خون و یا چرک ناشی از آسیب، بیماری و یا در حین جراحی به فضای جنب، می‌تواند از اتساع کامل ریه‌ها جلوگیری نماید. روی هم خوابیدن کامل یا نسبی ریه‌ها تنفس را با مشکل مواجه کرده و می‌تواند منجر به ایست تنفسی شود. قرار دادن یک لوله‌ی تهویه‌ی ریه (چست تیوب) به سرعت به راحتی بیمار کمک می‌کند.

در صورتی که خون و یا هوا وارد فضای جنب ریه‌ی شما شده باشد، لازم است به طور اورژانسی در اتاق عمل و یا در بخش برای شما لوله‌ی تهویه‌ی داخل قفسه‌سینه گذاشته شود تا بتوانید دوباره نفس بکشید.



لوله‌ی تهویه دو سر دارد که یک سر آن داخل قفسه‌ی سینه‌ی آسیب دیده قرار می‌گیرد و به پوست بخیه

۱

زده شده و پانسمان می‌گردد و سر دیگر آن به یک شیشه وصل می‌شود و داخل شیشه تا سطح معینی مایع وجود دارد. وظیفه‌ی شما این است که از این لوله و شیشه مراقبت کنید.

آموزش‌های بعد از عمل:

بعد از هوشیاری کامل با اجازه‌ی پزشک رژیم مایعات برای شما شروع می‌شود.

زمانی که به شما اجازه داده شد که بستر خود را ترک کنید ابتدا لبه‌ی تخت نشسته و در صورتی که سرگیجه نداشتید با کمک راه بروید.

تمرینات تنفسی و سرفه‌های مؤثر را انجام دهید.

معمولاً لوله‌ی قفسه‌ی سینه ۴ الی ۷ روز در ناحیه‌ی قفسه‌سینه‌ی شما باقی می‌ماند و سپس خارج می‌شود.

چگونه باید از این لوله و شیشه مراقبت کنیم؟

تا زمانی که روی تخت استراحت می‌کنید توجه داشته باشید که:

* می‌توانید در هر حالتی که درد کمتری احساس می‌کنید دراز بکشید.

* وقتی به سمت پهلوی آسیب دیده دراز می‌کشید مراقب باشید لوله دچار خمیدگی و پیچ خوردگی نشود.

* مراقب باشید اتصال لوله به قفسه‌ی سینه‌تان دچار کشیدگی نشود.



۲

* هرگز شیشه را بالاتر از سطح تخت خود نیاورید و همواره آن را پایین تخت نگه دارید.

* اگر به داخل شیشه نگاه کنید می‌بینید که مایع داخل شیشه با نفس کشیدن شما بالا و پایین می‌رود (مانند قلیان) که این نشانه‌ی عملکرد صحیح آن است.

* هر گونه مشکل در تنفس، درد هنگام نفس کشیدن، جدا شدن لوله‌ها، ترشح و خیس شدن پانسمان را به پرستار خود اطلاع دهید.

* بدون اطلاع پرستار از تخت خارج نشوید.

تمرین‌های تنفسی:

بهبود عملکرد ریه و تخلیه‌ی ترشحات آن با استفاده از ورزش‌های تنفسی میسر است بدین منظور ممکن است از یک فیزیوتراپ کمک گرفته شود و یا به همراه شما آموزش داده شود که هر دو ساعت یکبار با دست‌های کاسه شده به پشت شما بزند تا ترشحات خارج شود.

تنفس عمیق:

* تمرینات تنفس عمیق و سرفه به گشاد و باز شدن ریه‌های روی هم خوابیده‌ی شما کمک می‌کند و از عفونت ریه‌ها پیشگیری می‌نماید.

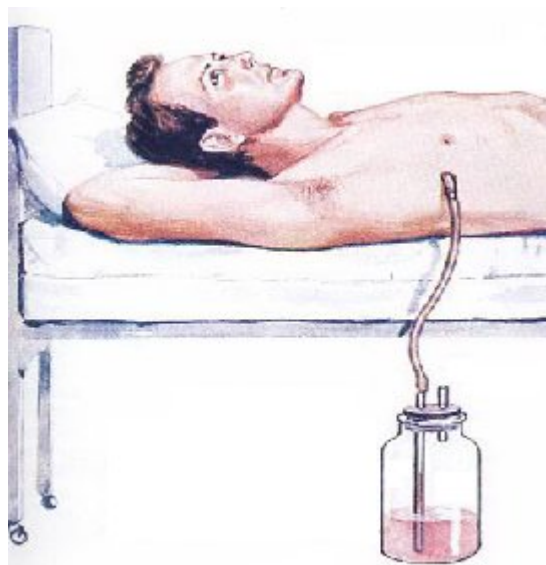
آموزش صحیح تنفس عمیق شامل دم آهسته از بینی، بزرگ کردن شکم و بازدم آهسته از طریق لب‌های غنچه شده می‌باشد.

۱. تمرین را در وضعیت نیمه نشسته در حالی که شانه‌ها و پشت روی بالش قرار دارند، انجام دهید. دست‌تان را بر روی شکم و لبه‌ی دنده‌ها بگذارید تا بتوانید احساس کنید قفسه‌ی سینه‌تان بالا می‌آید و ریه‌های شما باز می‌شود.

۳



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
بیمارستان ضیائیان
NoG^v



چگونه از

لوله‌ی قفسه سینه

مراقبت کنیم؟

تابستان ۱۳۹۹

پمفلت آموزشی مددجو

- مراقب باشید اتصالات جدا نشوند.
- شیشه را همواره پایین‌تر از سطح کمر خود نگه‌دارید.
- به توصیه‌ها و آموزش‌های پزشک و پرستار خود دقت کنید و به آن عمل نمایید.

هنگام خارج کردن لوله تهویه از قفسه‌ی سینه چه

کارهای‌ی باید انجام دهید؟

- ✳️ برای اینکه هنگام خارج کردن لوله تهویه درد کمتری را احساس کنید لازم است مانور زور زدن را انجام دهید. یعنی در آن لحظه یک نفس عمیق بکشید و نگه‌دارید تا پزشک لوله را خارج کند.
- ✳️ معمولاً تا ۴۸ ساعت پانسمان ناحیه‌ی عمل باقی می‌ماند بعد از آن می‌توانید استحمام کنید.

جایگزینی سلامتی برای شما مددجوی گرامی

جهت دسترسی به مطالب آموزش سلامت و دانلود

پمفلت‌های آموزش به بیمار

یا <http://www.ziaeian.ir> و

<http://help.tums.ac.ir>

جهت ارائه پیشنهاد و انتقاد

Ziaeian@tums.ac.ir

۲. از طریق بینی دم انجام دهید.

۳. سپس از طریق لبهای غنچه شده بازدم خود را بیرون برانید.

۴. این ورزش را در طول روز تکرار کنید.

سرفه:

سرفه ترشحات راههای هوایی را بیرون می‌راند. شما می‌توانید با این روش ریه‌ها و گلویتان را به راحتی تمیز کنید.

۱. قبل از اینکه به طور عمیق از ریه‌ها سرفه کنید سه تنفس عمیق انجام دهید.

۲. سپس از طریق دهان، بازدم خود را بیرون برانید.

***فوت کردن یا ها کردن** نیز ورزش تنفسی دیگری است که برای بهبود عملکرد ریه‌ی شما مناسب است.
***راه رفتن** هم به خروج ترشحات و عملکرد بهتر ریه‌های شما کمک می‌کند.



چگونه با وجود این سیستم می‌توان راه رفت؟

- قبل از خروج از تخت حتماً به پرستار خود اطلاع دهید.
- از شیشه و لوله‌ی تهویه مراقبت کنید.