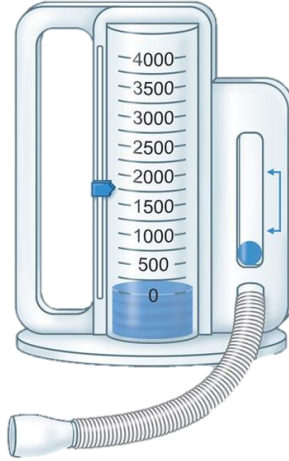




مدينة الملك فهد الطبية
King Fahad Medical City



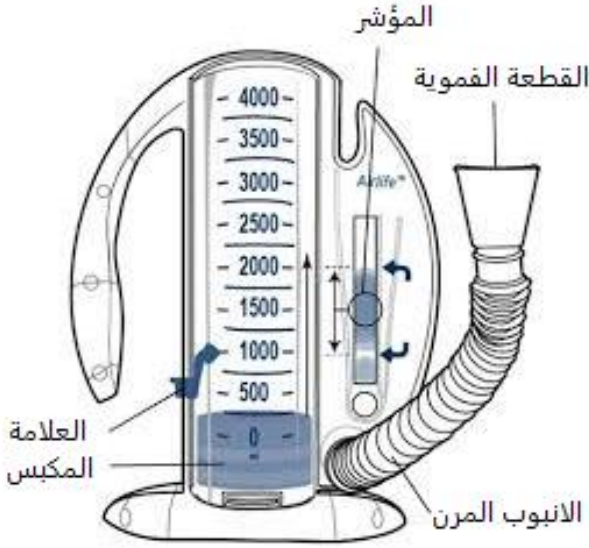
جهاز قياس التنفس المحفز

Incentive spirometer

ما هو جهاز قياس التنفس المحفز؟

جهاز يعمل على توسيع الرئتين عن طريق مساعدتك على التنفس بشكل أعمق وكامل.

مما يتكون الجهاز؟



متى يستخدم جهاز التنفس المحفز؟

يستخدم جهاز قياس التنفس المحفز بعد الجراحة والعمليات.

احرص على ممارسة تمارين التنفس العميق والسعال .
فهذا من شأنه أن يساعدك على الحفاظ على نشاط رئتيك
طوال فترة التعافي ومنع حدوث أية مضاعفات مثل
الالتهاب الرئوي.

عند استخدام جهاز قياس التنفس المحفز للمرة

الأولى، سيتعين عليك تركيب الجهاز.



كيف يتم تركيب جهاز قياس التنفس المحفز؟

- ❖ أخرج الأنبوب المرن والقطعة الفموية من الكيس.
- ❖ قم بتمديد الأنبوب وتوصيله بالمنفذ الموجود على الجانب الأيمن من القاعدة (انظر الشكل في الأعلى).

❖ قم بتركب القطعة الفموية في الطرف الآخر من الأنبوب.

كيف أستخدم جهاز قياس التنفس المحفز؟

عند استخدام جهاز قياس التنفس المحفز، تأكد أنك تتنفس من خلال فمك، إذا كنت تتنفس من خلال أنفك لن يعمل الجهاز بشكل صحيح ويمكنك سد أنفك إذا كانت لديك مشكلة.

وإذا كنت تشعر بدوار في أي وقت. يرجى التوقف وأخذ قسط من الراحة. ويمكنك إعادة المحاولة في وقت لاحق.

اتبع الخطوات التالية لاستخدام جهاز قياس
المحفز:



(1) اجلس بشكل مستقيم على كرسي أو سرير. وثبت جهاز قياس التنفس المحفز عند مستوى العين.

إذا كنت قد خضعت لعملية جراحية في صدرك أو بطنك، يمكنك معانقة أو مسك وسادة لمساعدتك على تثبيت أو دعم الجرح أثناء استخدام جهاز قياس التنفس المحفز. فهذا من شأنه أن يساعدك على تقليل ألم الجرح.

٢ ضع القطعة الفموية في فمك، وأغلق شفطيك بإحكام حولها. أخرج زفيراً كاملاً ببطء.

٣ تنفس شهيقاً ببطء من فمك بعمق قدر المستطاع. وأثناء التنفس سترى ارتفاع المكبس داخل العامود الكبير. وحين يرتفع المكبس سيتحرك المؤشر الموجود على اليمين للأعلى وسيتوقف بين السهمين (كما هو موضح بالصورة في الأعلى).

٤ حاول إيصال المكبس إلى أعلى ارتفاع ممكن، مع الحفاظ على المؤشر بين الأسهم. إذا كان المؤشر لا يقف بين السهمين، لا بد أن وتيرة التنفس سريعة أو بطيئة جداً.

- ٥ عند ارتفاع المكبس لأعلى مستوى ممكن، احبس نفسك لمدة ١٠ ثواني، أو لأطول فترة ممكنه. فحين حبس أنفاسك نزل المكبس ببطء إلى قاعدة الجهاز.
- ٦ عند وصول المكبس إلى قاع الجهاز، اخرج زفيراً ببطء من فمك. واسترح لبضع ثوان.
- ٧ كرر هذه العملية ١٠ مرات. وحاول رفع المكبس إلى نفس المستوى مع كل نفس.
- ٨ بعد كل ١٠ أنفاس حاول أن تسعل، مع وضع وسادة فوق الجرح عند الحاجة. حيث يساعدك السعال على إذابة و إزالة أي مخاط في الرئتين.
- ٩ ضع العلامة على المستوى الذي وصل إليها المكبس. فهذا المستوى سيكون هدفك في المرة القادمة.

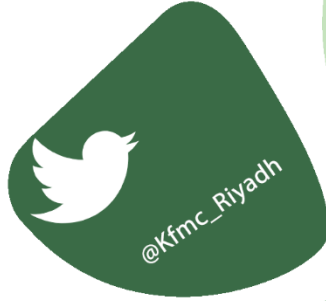


أحرص على تغطية القطعة الفموية لجهاز قياس التنفس المحفز في حالة عدم استخدامها.

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

إدارة الرعاية النفسية



HEM1.21.0001141

