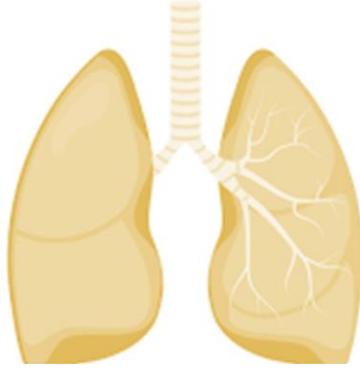




مدينة الملك فهد الطبية
King Fahad Medical City



العلاج الطبيعي للصدر

Chest physical therapy

تعريف العلاج الطبيعي للصدر:

تفرز الرئتان مخاطاً للمساعدة على الدفاع ضد الجراثيم. غير التليف الكيسي المخاط، مما يجعله سميكاً ويصعب إزالته. هذا المخاط هو المكان الذي يمكن أن تحدث فيه العدوى.

تسبب العدوى التهاباً أو تورماً في الرئتين، تتسبب الالتهابات في إنتاج المزيد من المخاط، يمكن أن يؤدي المزيد من المخاط في الرئتين إلى المزيد من الالتهابات. هذه الدورة من العدوى والالتهاب والمزيد من المخاط يمكن أن تؤدي الرئتين وتؤدي إلى انخفاض وظائف الرئة.

فوائد العلاج الطبيعي للصدر:

يساعد النقر السريع لجدار الصدر على تفتيت المخاط وإخراجه، بحيث يمكن بسهولة نفخه أو سعاله خارج الجسم.

يتم وضع المريض في أوضاع مختلفة بحيث يمكن تحريك المخاط بسهولة أكبر (انظر الصور أدناه).

يتم قرع مناطق مختلفة من جدار الصدر للمساعدة في تخفيف المخاط وتحريكه نحو مركز الصدر.

يتم تنفيذ القرع لمدة دقيقتين في كل موضع مختلف. يتم السعال مرتين أو ثلاث مرات في كل وضعية، إذا كان المريض كبيراً في السن، كرر جميع الوضعيات المختلفة .

نصائح قبل بداية الإجراء:

- ارتداء طبقة رقيقة من الملابس، مثل: الفنييلة أو القميص على صدر المريض.
- استخدم أداة القرع (إذا تم القيام به بشكل صحيح، فسوف تسمع صوت فرقعة). لا ينبغي أن يسبب علامات حمراء على جسم المريض.
- لا تطرق فوق العمود الفقري أو عظم القص أو الضلوع السفلية.
- قم بعمل العلاج الطبيعي للصدر قبل الوجبات أو بعد ٦٠ دقيقة من الوجبات.
- القرع على كلا الجانبين الأيمن والأيسر.
- يجب أن يتم تكرار العلاج الطبيعي لصدر المريض مرتين يومياً ويزيد إلى ثلاث أو أربع مرات عند المرض.

أدوات العلاج الطبيعي للصدر:

أداة القرع



إرشادات العلاج الطبيعي للصدر:



ا-وضعية الجلوس

- الميلان قليلا للخلف .
- القرع فوق الكتفين على كلا الجانبين.



٢-وضعية الجلوس

- يميل قليلاً إلى الأمام.
- قرع فوق شفرات الكتف على كلا الجانبين.



٣-الاستلقاء على الظهر

- قرع بين الكتفين والحلمة على كل جانب.



٤- على الجانب، ظهر مائل قليلاً

- قرع فوق منطقة الحلمة أو أسفل الثدي مباشرة عند الإناث، على كلا الجانبين.



٥- الإستلقاء على الجانب

- قرع فوق الأضلاع السفلية على كلا الجانبين



٦- استلق على الجانب، وتمديد الجسم إلى

الأمام قليلاً

• قرع فوق الجزء الأوسط من القفص الصدري

على كلا الجانبين



٧- الاستلقاء على البطن

- قرع فوق منتصف الظهر على كلا الجانبين.



٨- الاستلقاء على البطن

- قرع على أسفل الظهر على كلا الجانبين.



لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

(قسم الرعاية المنزلية للعلوم التطبيقية الطبية)



HEM1.22.0001418

