

# Postępowanie podczas infekcji dróg oddechowych

Terapeuta powinien nauczyć opiekunów chorego, jak stosować pozycje ułożeniowe i drenaż ułożeniowy oraz technik oklepywania i, jeżeli potrzeba, wspomaganie odkrztuszania.

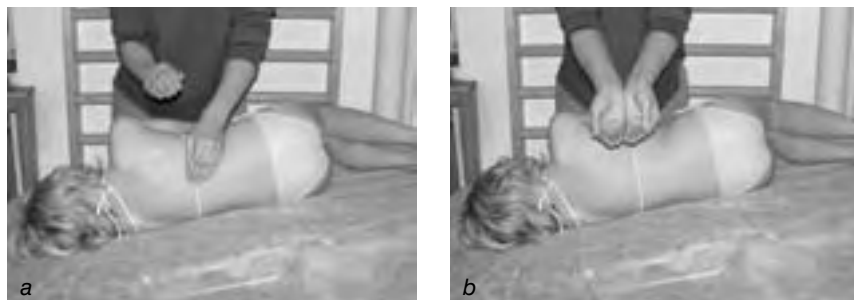
Zmniejszona aktywność chorego, wynikająca z pierwotnego procesu chorobowego, jakim jest dystrofia, oraz trudności w odkrztuszeniu zbierającej się wydzieliny mogą prowadzić do jej zalegania i w ten sposób stanowić wrota infekcji. Dlatego u chorych z obniżoną pojemnością życiową płuc wskazane jest profilaktyczne stosowanie oklepywania, układanie w pozycjach drenażowych i wspomaganie odkrztuszania.

## Oklepywanie i drenaż ułożeniowy

Oklepywanie klatki piersiowej i drenaż ułożeniowy są metodami stosowanymi do uruchomienia i mobilizacji wydzieliny w drogach oddechowych. Oklepywanie okolic klatki piersiowej wprawia wydzielinę w wibracje. Pochylenie ciała w pewnych pozycjach wspomaga działanie drenażu przez wykorzystanie siły grawitacji. Głębokie oddychanie i odkrztuszanie są niezbędne podczas oklepywania i drenażu ułożeniowego i po tych zabiegach.

Oklepywanie klatki piersiowej ma na celu poprawę krążenia i rozgrzanie skóry okolicy klatki piersiowej oraz uruchomienie wydzieliny w celu ułatwienia lub stymulacji do jej odkrztuszania. Czynność ta polega na naprzemiennym, szybkim, rytmicznym i dość energicznym poklepywaniu

tylnych i bocznych ścian klatki piersiowej dłońmi zwiniętymi w „łódeczkę”, jak do czerpania wody (ryc. 35 a, b). Dobrze sprawdzają się również wibracyjne aparaty do masażu.



**Rycina 35** a, b. Praca i ułożenie rąk do oklepywania klatki piersiowej.

Dodatkowym elementem ułatwiającym przemieszczanie się wydzieliny w kierunku zewnętrznych dróg oddechowych są pozycje drenażowe. Są to tak dobrane pozycje ciała, aby miejsce z zalegającą w drzewie oskrzelowym wydzieliną znalazło się powyżej przewodu prowadzącego do większych oskrzeli. Wykorzystanie działania siły grawitacji oraz półpłynna konsystencja wydzieliny wspomaga jej przemieszczanie w kierunku górnych oskrzeli, a następnie jej odkrztuszenie.

Pozycje drenażowe stosuje się w celu profilaktycznym oraz dla ułatwienia odpływu głęboko zalegającej wydzieliny. Warunkiem skuteczności drenażu w drugim przypadku jest dobrane odpowiedniej pozycji w zależności od miejsca, w którym znajduje się wydzielina.

**Drenaż ułożeniowy nie może być stosowany zaraz po posiłku. Na zlecenie lekarza na pół godziny przed zastosowaniem oklepywania z drenażem ułożeniowym stosuje się leki rozrzedzające wydzielinę (mukolityczne).**

Oklepywanie stosowane w celach profilaktycznych nie wymaga określenia miejsca zalegania wydzieliny. W takim przypadku należy zastosować pozycję odwróconą, w której chory leży z miednicą ułożoną wyżej niż jego barki, kolejno w pozycjach:

- ▶ leżenie przodem,
- ▶ leżenie bokiem,
- ▶ leżenie bokiem z rotacją tułowia w przód/tył.

W przypadku pozycji leżenia bokiem zabieg należy wykonać obustronnie.

Do wykonania drenażu w warunkach domowych można wykorzystać poduszki, zwiniętą kołdrę lub nawet odwrócone krzesło (ryc. 36 a, b)



**Rycina 36** a, b. Proste sposoby wykonania drenażu ułożeniowego w warunkach domowych.

## Nauka i wspomaganie odkrztuszania

Kaszel jest naturalną, odruchową reakcją, pojawiającą się w celu usunięcia substancji, które nie powinny znajdować się wewnątrz oskrzeli. Odruch kaszlu jest eksplozją wypierającą dużą objętość powietrza z płuc. Wysokie ciśnienie i prędkość przemieszczającego się powietrza porusza wydzielinę, wyrzucając ją z płuc. W przypadku dystrofii możliwości skutecznego odkrztuszania są zmniejszone, zwłaszcza podczas ostrych infekcji.

W przypadkach ograniczenia możliwości odkrztuszenia wydzieliny opiekun może wspomagać chorego podczas kaszlu rytmicznym uciskiem ścian klatki piersiowej. Taka współpraca wymaga pewnych umiejętności i dobrej współpracy obu stron, dlatego warto w okresach zdrowia nauczyć się, jak skutecznie wspomagać odkrztuszanie (ryc. 37).



**Rycina 37.** Wspomaganie odkrztuszania w pozycji siedzącej.

Wspomaganie odkrztuszania można prowadzić zarówno podczas wykonywania drenażu ułożeniowego, jak i w innych sytuacjach w zależności od potrzeby.