

## Hengityspalkeen eli käsiventilaattorin käyttö ja kotipuhdistus

Tämä ohje on tarkoitettu tulostettavaksi. Ohje sisältää täytettäviä kohtia.

### Käyttötarkoitus:

- hengityksen syventäminen ja rauhoittuminen
- keuhkotuuletuksen tehostuminen ja keuhkojen ilmatilan lisääntyminen
- yskimisvoiman parantuminen ja liman irtoamisen tehostuminen
- apuhengityslihasten käytön väheneminen (saavat levätä hetken)
- ilmattoman keuhkokudoksen (ateleektaasi) muodostumisen estäminen ja/tai sen hoitaminen
- kokonaisvaltainen rentoutuminen
- hengityspalje toimii kokonaisvaltaisena hengityksen avustajana hetkellisesti laitehoitoja käyttävillä esim. sähkökatkon aikana, laitteen rikkoutuessa.

### Toteutus:

- Istuma-asento/makuuasento
- Aseta maski tiiviisti kasvoille, hengitä suun kautta.
- Aloita harjoitus hengittämällä normaalisti ulos maskiin. Sisäänhengityksen aikana paina rauhallisesti palkeesta ja uloshengityksen aikana vapauta ote ja anna palkeen täyttyä.

### Toista sarja 1 – 3 kertaa

- 3 -10 syvennystä hengityspalkeella.
- Hönkäise (rauhallisen sisäänhengityksen jälkeen hengitä voimakkaasti ulos suu ja kurkunpää avoimena, ikään kuin huurustaisit peiliä).
- Yski / imulaitteella avustetusti lima pois.

Toteuta harjoitukset \_\_\_\_\_ kertaa päivässä, tarvittaessa useamminkin.

### Extra

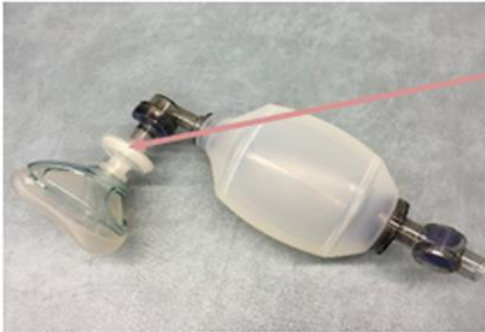
- Harjoittele Air stacking -tekniikalla: Täytä keuhkot asteittain esim. kolmella perättäisellä puhalluksella maksimitilavuuteen eli hengitä sisään – sisään – sisään ja yskäise lopuksi muutamia kertoja.

Avustaja tai omainen auttaa tarvittaessa hengityspalkeen painelussa. Fysioterapeutti tai avustaja voi tehostaa hengitystä käsin tukien, täristelyin kylkikaaren kohdalta. Täristely

yskimisen aikana tehostaa liman irtoamista keuhkoputkista. Air stacking-tekniikan aikana voi myötäillä hengitysliikettä kylkikaarien kohdalta.

## Hengityspalkeen eli käsiventilaattorin kotipuhdistus

Bakteeri- ja virussuodatin on vaihdettava 1x kuukaudessa ja hengitysinfektion aikana 1 x viikossa.



• Bakteeri- ja virussuodatin



- Paljeosaa ei tule purkaa tai pestä kotiloissa.
- Paljeosa pyyhitään päältä pesunesteellä viikoittain.



### Maskin puhdistus

- Irrota maskiosa paljeosasta kitkuttamalla ja pese se päivittäin kuumalla vedellä käyttäen käsitiskiainetta.
- Huuhtelee huolellisesti.
- Maskin osia ei irroteta toisistaan.
- Maskin tulee olla kuiva liitettäessä paljeosaan.

**Ota hengityspalje aina mukaasi sairaalaan kontrolloimista varten!**