

Andningsballong eller handventilator användning och rengöring hemma

Användningsändamål:

- fördjupa och lugna ner andningen
- lungvädringens effektivisering och tillökning av lungornas luftutrymme
- förbättra hostningsstyrkan och effektivera lösgöringen av slem
- minska användningen av hjälpandningsmuskler (de får vila en stund)
- hindra förlust av luftvolym i lungvävnad (atelektas) från att bildas och/eller att behandla den
- övergripande avslappning
- andningsballongen fungerar stundvis som en övergripande assistent för andningen för en person som använder apparatbehandling t.ex. under ett elavbrott eller då apparaten går sönder.

Genomförande:

- Sittande/ liggande ställning.
- Placera masken tätt mot ansiktet, andas genom munnen.
- Påbörja övningen med att andas ut normalt i masken. Under inandningen trycker du lugnt på ballongen och under utandningen lösgör du greppet och låt ballongen fyllas.

Upprepa serien 1 – 3 gånger

- 3 -10 fördjupningar med andningsballongen.
- Flåsa (efter den lugna inandningen andas du kraftigt ut med munnen och struphuvudet öppet, som om du skulle åstadkomma imma på en spegel).
- Hosta /slemmet bort assisterat med sugapparaten.

Upprepa övningarna _____ gånger i dagen, vid behov oftare.

Extra

- Öva med Air stacking- teknik:

Fyll lungorna gradvis t.ex. med tre blåsningar efter varandra till maximivolym alltså andas in – in – in och hosta till slut några gånger.

En assistent eller anhörig hjälper vid behov med att trycka på andningsballongen. En fysioterapeut eller assistent kan effektivera andningen genom att stöda med händerna och skaka vid revbensbågen.

Att skaka under hostningen får slemmet att effektivare lossna från luftrören. Under air stacking-tekniken kan man hålla händerna vid revbensbågen och följa med andningsrörelsen.

Rengöring hemma av andningsballongen, alltså handventilatorn

Bakterie- och virusfilter som bör bytas en gång i månaden och under en andningsinfektion en gång i veckan



• Bakterie- och virusfilter



- Tvätta del bör man inte ta isär eller tvätta hemma.
- Tvätta utan med tvättmedel en gång i veckan.



Rengöring av masken

- Ta loss maskdelen från ballongdelen genom att vicka och tvätta den dagligen med hett vatten och handdiskmedel.
- Skölj noggrant.
- Man skall inte ta maskens delar loss från varandra.
- Masken bör vara torr då man ansluter den till ballongdelen.

Ta alltid andningsballongen med dig då du kommer till sjukhuset för kontroll!