



Tratamentul de recuperare în afecțiunile aparaturii respirator la pacientul vârstnic- BPOC, astm bronșic, neoplasm bronho-pulmonar

S.L. Dr. Duse Adina

UMF "Victor Babes" Timisoara

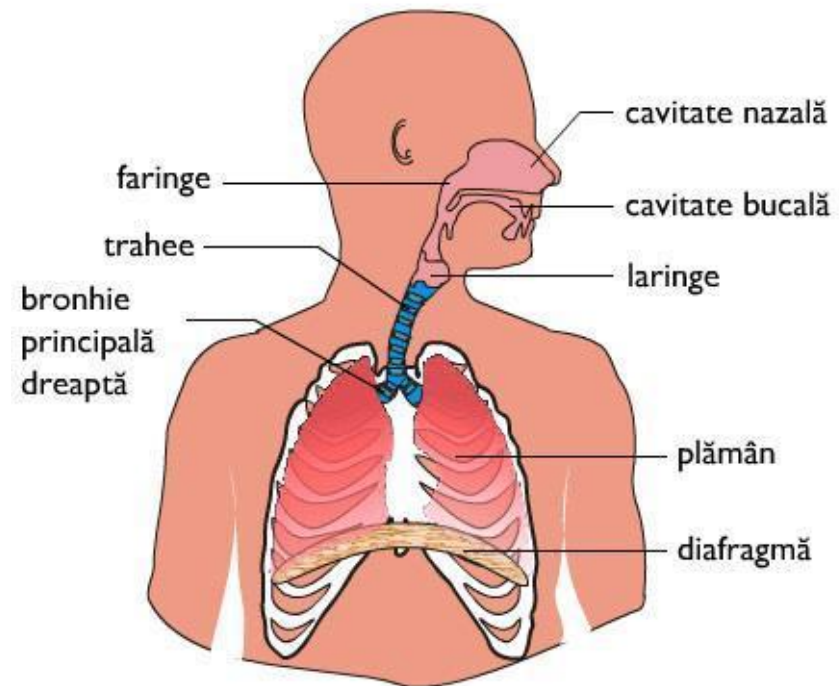
Disciplina Medicina Fizica si Balneologie

OBIECTIVELE RECUPERARII

1. Corectarea conditiilor de habitat : fumat, poluare, alimentatie, infectii intercurrente

2. Indepartarea factorilor care intretin sau agraveaza deficitul respirator prin :

- - medicatie
- - kinetoterapie
- - balneoclimatologie
- - psihoterapie



Aparatul respirator

OBIECTIVELE RECUPERARII

3. Dezobstrucție bronsică prin

- - medicație
- - aerosoli
- - drenaj de postură
- - gimnastică respiratorie
- - tuse controlată
- - ventilație asistată



4. Scăderea travaliului respirator, tonifiere musculară prin kinetoterapie/ ventilație asistată

5. Ameliorarea distribuției intrapulmonare a aerului și corectarea schimburilor gazoase prin gimnastică respiratorie și controlul respirației

6. Readaptarea la efort prin antrenament progresiv și terapie ocupațională

7. Reinsertie familială și socială

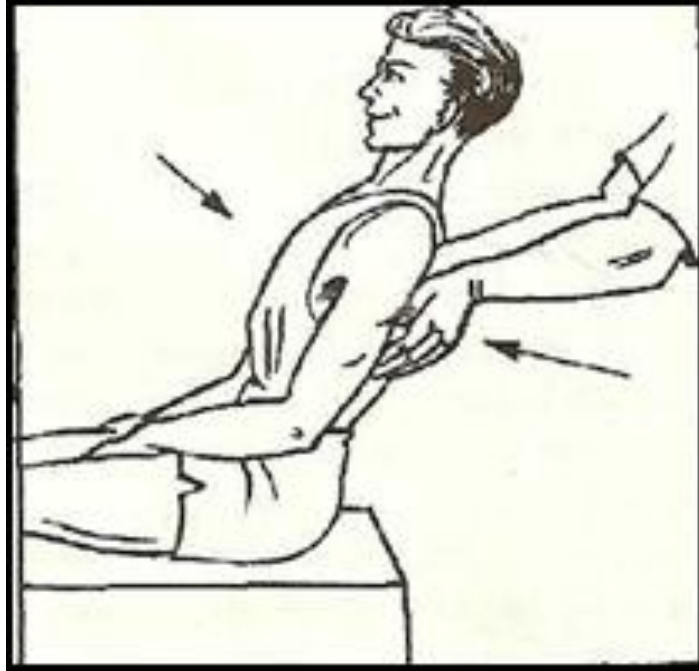
OBSTRUCTIA CRONICA A FLUXULUI AERIAN

- ***Forma severa cu spitalizare:***

- Posturare corecta a bolnavului in pat, cu trunchiul ridicat pe perne, alternand cu schimbarea treptata a pozitiei corpului si respiratii profunde
- Exercitii limitate cu miscari simple in articulatia gleznelor, soldurilor, genunchilor, ridicari de brate
- Drenaj postural din decubit lateral cat mai orizontal, vibratia toracelui
- Respiratie abdominala
- Dirijarea aerului cu inspir pe nas si expir cu buzele stranse
- Reeducarea respiratiei costale regionale prin tehnica contrarezistenta
- Tuse controlata cu glota si gura deschise
- Respiratie cu presiune pozitiva, oxigenoterapie, aerosoli
- Readaptarea la efort: reluarea mersului cand ortostatismul e usor, antrenare pentru ADL
- Psihoterapia

OBSTRUCTIA CRONICA A FLUXULUI AERIAN

- ***Forma medie de boala:***
- Masaj mecanic vibrator: ULS paravertebral T1-T12 $2\text{W}/\text{cm}^2$ 3'+3' apoi intercostal 6-8, $0,4\text{ W}/\text{cm}^2$ 2' pe fiecare hemitorace ,apoi subclavicular $0,2\text{ W}/\text{cm}^2$ 30'' pentru fiecare zona cu actiune reflexa
- Drenaj postural cu vibratie toracica si controlul tusei
- Posturi relaxante si tehnici de relaxare Jacobson
- Gimnastica corectoare Heckscher
- Reeducare respiratorie



OBSTRUCTIA CRONICA A FLUXULUI AERIAN

Forma medie de boala:

- Antrenamentul la efort adaptat si cu crestere progresiva
- Masaj manual prin vibratie si percutie incepand cu zona cervicala si umerii apoi zona toracica T1-T9 si zonele intercostale 6-9
- Bai ascendente Hauffe de maini si de picioare au efect bronhodilatator si decongestiv
- Cataplasme calde pe torace cu actiune reflexa
- UV in doza eritem pe torace ce actioneaza reflex
- Cura Kneipp

OBSTRUCTIA ACUTA A FLUXULUI AERIAN

- ***In criza:***
 - **Posturarea bolnavului :** semisezand sau sezand cu trunchiul aplecat in fata si mainile pe genunchi cu o perna pe abdomen, in expir mainile bolnavului preseaza perna
 - **Controlul si reeducarea respiratiei:**
 - inspir lent profund cu apnee scurta apoi expir prelungit printre buzele stranse
 - amplificarea respiratiei diafragmatice

OBSTRUCTIA ACUTA A FLUXULUI AERIAN

Intre crize:

- Tratament desensibilizant specific
- Ecoterapie: scoaterea din mediul ambiant 1 an in zona de munte sau litoral
- Tehnici de relaxare Schultz
- Psihoterapie
- Reeducare respiratorie:
 - - controlul si coordonarea ritmului si amplitudinii respiratorii cu ritm rar si respiratii ample, inspir lent pe nas si expir pe gura fara efort
 - - respiratie abdominala inferioara
 - - tonifierea musculaturii respiratorii

OBSTRUCTIA ACUTA A FLUXULUI AERIAN

Corectarea deficitelor musculoscheletale:

- gimnastica corectoare Heckscher
- hidrokinetoterapie
- corectarea redorii articulare
- corectarea hipotoniilor sau contracturilor musculare
- masaj
- termoterapie
- electroterapie

Antrenament la efort:

- testarea nivelului de efort ce declanseaza criza, apoi se va lucra cu 70% din intensitatea efortului
- sport adaptat: inot, alpinism

NEOPLASM PULMONAR

Lobectomii:

- **2-3 saptamani preoperator** se face **instruirea bolnavului** :
 - **tehnici de relaxare**
 - **posturi de drenaj** pentru plamanul homolateral restant
 - **educarea tusei**: - respiratii precursoare ale tusei prin crearea unui flux expirator sacadat tip huffing: inspir profund si expir sacadat intrerupte in cascada prin contractii abdominale succesive
 - inspiruri si expiruri superficiale care devin progresiv tot mai profunde ca o gafaiala prin mobilizari toracice
 - inspir abdominodiafragmatic lent si profund apoi expir cu glota deschisa cu tuse
 - **aerosoli**
- - **constientizarea miscarilor respiratorii**: - separat miscarile toracice de cele abdominale
 - separat pe fiecare cadran toracic
- - tonifierea musculaturii sinergice cu cea care va fi sectionata
- - educarea respiratiei abdomino- diafragmatice
- - educarea respiratiei unilaterale la nivelul hemitoracelui ce va fi operat

saptamana 2- 6 postoperator:

- combaterea deficitului respirator si drenaj bronsic prin:
 - inspir lent si expir amplu ajutat de mainile kinetoterapeutului
 - antrenarea respiratiei toracale inferioare si abdominale contra rezistenta cu mainile kinetoterapeutului
 - control vizual in oglinda a exercitiilor respiratorii
 - decubit lateral
 - nu se fac exercitiile respiratorii din pozitia de deschidere a hemitoracelui operat
 - grabirea reexpansionarii pulmonare prin respiratie cu presiune pozitiva
 - cresterea progresiva a amplitudinii respiratorii
 - posturare in decubit lateral drept si stang fara exercitii ample de deschidere toracica
 - tonifierea musculaturii respiratorii prin exercitii cu rezistenta
- combaterea durerii:
 - masajul hemitoracelui si a zonei cicatriciale
 - masaj de decolare a tegumentului prin pliu cutanat
 - masaj de netezire a zonei
- combaterea deficitului static si scapular:
 - combaterea pozitiei de inchidere a hemitoracelui operat

dupa 2 luni:

- - reeducare respiratorie analitica: respiratie abdomino- toracica cu rezistenta progresiva pe musculatura inspiratorie fara deschiderea toracelui
- - trecere treptata spre respiratie normala
- - **antrenament la efort** : mers pe bicicleta, terapie ocupationala, psihoterapie