



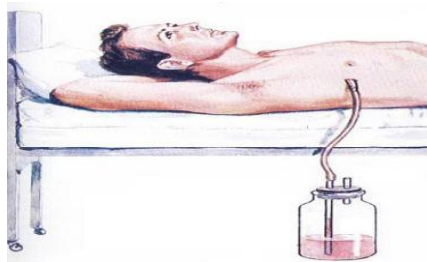
مرکز آموزشی درمانی شهید بهشتی

## راهنمای بیماران

### مراقبت لوله قفسه سینه

#### (چست تیوپ)

شماره سند: ED-TA-56



۶- ۰۳۸۳۸۰۷۰۳-۰۸۱: تلفن های بیمارستان

آدرس سایت اینترنتی

<http://beheshti.umsha.ac.ir>

ویرایش ۰۶- بازنگری آذر ۱۴۰۰

❖ راه رفتن هم به خروج ترشحات و عملکرد بهتر ریه های شما کمک می کند.

#### چگونه با وجود این سیستم می توان راه رفت؟

- قبل از خروج از تخت حتما به پرستار خود اطلاع دهید.
- از شیشه و لوله ی تهویه مراقبت کنید.
- مراقب باشید اتصالات جدا نشوند.
- شیشه را همواره پایین تر از سطح کمر خود نگه دارید.
- به توصیه ها و آموزش های پزشک و پرستار خود دقت کنید و به آن عمل نمایید.

#### هنگام خارج کردن لوله تهویه از قفسه ی سینه چه

#### کارهایی باید انجام دهید؟

- برای اینکه هنگام خارج کردن لوله تهویه درد کمتری را احساس کنید لازم است مانور زور زدن را انجام دهید. یعنی در آن لحظه یک نفس عمیق بکشید و نگه دارید تا پزشک لوله را خارج کند.
- معمولا تا ۴۸ ساعت پانسمان ناحیه ی عمل باقی می ماند بعد از آن می توانید استحمام کنید.

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

مشاور علمی: گروه داخلی

منبع: داخلی جراحی برونر- سودارث

#### تنفس عمیق:

تمرینات تنفس عمیق و سرفه به گشاد و باز شدن ریه های روی هم خوابیده ی شما کمک می کند و از عفونت ریه ها پیشگیری می نماید.

آموزش صحیح تنفس عمیق شامل دم آهسته از بینی، بزرگ کردن شکم و بازدم آهسته از طریق لب های غنچه شده می باشد.

۱- تمرین را در وضعیت نیمه نشسته در حالی که شانه ها و پشت روی بالش قرار دارند، انجام

دهید. دستتان را بر روی شکم و لبه ی دنده ها

بگذارید تا بتوانید احساس کنید قفسه ی سینه تان بالا می آید و ریه های شما باز می شود.

۲- از طریق بینی دم انجام دهید.

۳- سپس از طریق لبهای غنچه شده بازدم خود را بیرون برانید.

۴- این ورزش را در طول روز تکرار کنید.

#### سرفه:

سرفه ترشحات راههای هوایی را بیرون می راند. شما می توانید با این روش ریه ها و گلویتان را به راحتی تمیز کنید.

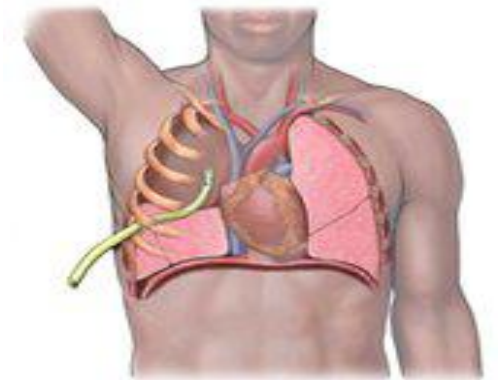
۱- قبل از اینکه به طور عمیق از ریه ها سرفه کنید سه تنفس عمیق انجام دهید.

۲- سپس از طریق دهان، بازدم خود را بیرون برانید.

❖ فوت کردن یا ها کردن نیز ورزش تنفسی دیگری است که برای بهبود عملکرد ریه ی شما مناسب است.

در بدن انسان دو عدد شش (ریه) وجود دارد که هوای پر از اکسیژن را از محیط گرفته و هوای آلوده پر از دی اکسید کربن را به محیط پس می دهد و از این طریق غذای لازم برای سلول های بدن یعنی اکسیژن را به آنها می رساند.

وجود کمی مایع در فضای بین ریه ها و قفسه سینه (فضای جنب) به حرکت ریه ها بدون سایش در حین تنفس کمک می کند . اما ورود میزان کمی از هوا، خون و یا چرک ناشی از آسیب، بیماری و یا در حین جراحی به فضای جنب، می تواند از اتساع کامل ریه ها جلوگیری نماید . روی هم خوابیدن کامل یا نسبی ریه ها تنفس را با مشکل مواجه کرده و می تواند منجر به ایست تنفسی شود . قرار دادن یک لوله تهویه ی ریه (چست تیوب) به سرعت به خارج شدن ترشحات جهت راحتی بیمار کمک می کند.



اگر خون و یا هوا وارد فضای جنب ریه شده باشد، لازم است به طور اورژانسی در اتاق عمل و یا در بخش برای شما لوله تهویه ی داخل قفسه سینه گذاشته شود تا بتوانید دوباره نفس بکشید.

لوله ی تهویه دو سر دارد که یک سر آن داخل قفسه سینه آسیب دیده قرار می گیرد و به پوست بخیه زده شده و پانسمان می گردد و سر دیگر آن به یک شیشه وصل می شود و داخل شیشه تا سطح معینی مایع وجود دارد. وظیفه شما این است که از این لوله و شیشه مراقبت کنید.



### آموزش های بعد از قرار دادن لوله قفسه سینه:

- بعد از هوشیاری کامل با اجازه ی پزشک رژیم مایعات برای شما شروع می شود.
- زمانی که به شما اجازه داده شد که بستر خود را ترک کنید ابتدا لبه ی تخت نشسته و در صورتی که سرگیجه نداشتید با کمک راه بروید.
- تمرینات تنفسی و سرفه های موثر را انجام دهید.
- معمولاً لوله ی قفسه سینه ۴ الی ۷ روز در ناحیه ی قفسه سینه ی شما باقی می ماند و سپس خارج می شود.

### چگونه باید از این لوله و شیشه مراقبت کنیم؟

تا زمانی که روی تخت استراحت می کنید توجه داشته باشید که :

- می توانید در هر حالتی که درد کمتری احساس می کنید دراز بکشید.
- وقتی به سمت پهلو ی آسیب دیده دراز می کشید مراقب باشید لوله دچار خمیدگی و پیچ خوردگی نشود.
- مراقب باشید اتصال لوله به قفسه ی سینه تان دچار کشیدگی نشود.
- هرگز شیشه را بالاتر از سطح تخت خود نیاورید و همواره آن را پایین تخت نگه دارید.
- اگر به داخل شیشه نگاه کنید مایع داخل شیشه با نفس کشیدن شما بالا و پایین می رود که نشانه ی عملکرد صحیح آن است.
- هر گونه مشکل در تنفس، درد هنگام نفس کشیدن، جدا شدن لوله ها، ترشح و خیس شدن پانسمان را به پرستار خود اطلاع دهید.
- بدون اطلاع پرستار از تخت خارج نشوید.

### تمرین های تنفسی:

بهبود عملکرد ریه و تخلیه ترشحات آن با ورزش های تنفسی میسر است بدین منظور از یک فیزیوتراپ کمک گرفته شود یا به همراه شما آموزش داده شود که هر دو ساعت یکبار با دست های کاسه شده به پشت شما بزند تا ترشحات خارج شود.