



สาระความรู้ CoP Respiratory Care ปี 2556

10. การใช้ Triflo อย่างถูกวิธีและมีประสิทธิภาพ

วิธีการดูแลผู้ป่วยให้ใช้ Triflo (incentive spirometer ซึ่งเป็นประเภท Flow type) อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อเห็น sustained Maximum inspired

วัตถุประสงค์ เพื่อป้องกันปอดแฟบ ในผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัด และในผู้ป่วยที่นอนนาน ผู้ป่วยสูงอายุ และเป็นการกระตุ้นให้ผู้ป่วยขับเสมหะออกได้ดี

วิธีการสอน

1. เตรียมความพร้อมผู้ป่วยก่อน โดยให้ผู้ป่วยสูดหายใจเข้าลึกๆ แล้วผ่อนลมหายใจออกช้าๆ ประมาณ 2-3 ครั้ง

2. อ้าปากอม Mouth piece จนมิด แล้วดูดขึ้นช้าๆค้างไว้ ประมาณ 3- 5 วินาที (นับ 1 - 5) หรือเท่าที่ร่างกายจะสามารถทำได้

3. ผ่อนลมหายใจออก

ผลจากการฝึกบริหารการหายใจ โดยให้ผู้ป่วยดูด Triflo หรือวิธีอื่นๆ พบว่า หลังผ่าตัด เมื่อหายจากอาการปวดแผลผ่าตัด ก็จะสามารถดูด Triflo ได้ง่ายและถูกต้อง ซึ่งลดภาวะแทรกซ้อนหลังผ่าตัดได้

ข้อควรรู้

1. ทำที่ดีในการดูด Triflo ควรเป็นทำนึ่งหลังตรง แต่ถ้าผู้ป่วยนั่งไม่ได้ ให้ดูดในท่านอนได้ แต่ควรดูด Triflo ขณะนอนอยู่ในท่าต่างๆ เช่น ท่านอนหงาย ท่าตะแคงซ้าย ท่าตะแคงขวา เพื่อให้ปอดขยายได้ทุก Lobe

2. การดูด Triflo ให้ทำตอนไหนก็ได้ ควรทำเป็นชุด ชุดละ 5-10 ครั้ง ทำวันละกี่ชุดก็ได้ตามความพร้อมของร่างกายผู้ป่วย

3. ควรสอนก่อนผ่าตัดทุกราย กรณีไม่มีข้อยกเว้น

4. กรณีผู้ป่วย ไม่สามารถดูดจนลูกบอล ขึ้นได้ ให้พยายามทดลองทำหลายๆครั้งก่อน โดยให้กำลังใจ จนแน่ใจว่าไม่สามารถทำได้จริง อาจใช้เทคนิค คว่ำกล่อง Triflo ลง ให้ผู้ป่วยเป่าลม จนเห็นลูกบอลลอยขึ้น ซึ่งวิธีนี้เป็นการทำเพื่อให้ผู้ป่วยรู้สึกว่าการทำได้ดี แต่ไม่มีผลให้ปอดขยาย ดังนั้นจึงควรสอนให้ผู้ป่วยหายใจเข้าให้เต็มปอดก่อนแล้วจึงเป่า ซึ่งขณะหายใจเข้าจะทำให้ปอดขยาย หรือให้ผู้ป่วยฝึกการหายใจ โดยการทำ Deep breathing exercise ด้วยตนเอง

5. กรณีผู้ป่วยเด็ก ที่ไม่สามารถดูด Triflo ได้ อาจใช้เทคนิคโดยการเป่าลูกโป่ง, เป่ากบ หรือกระตุ้นให้ผู้ป่วยร้อง