



# Incentive spirometer (triflow)

Equipment			
1		8	
2		9	
3		10	
4		11	
5		12	
6		13	
7		14	
Procedure			
0	แนะนำการใช้ เครื่องขยายปริมาตรปอดหลังการผ่าตัด		
1	ใช้ในช่วงหลังผ่าตัด ป้องกันปอดแฟบ		
2	ปอดแฟบ เกิดจากเสมหะอุดมาก ทำให้ติดเชื้อง่าย		
3	เตรียม ลูกขึ้นนั่ง ทำความสะอาด ก้อนตุ่ม		
4	หายใจเข้าออกช้าๆ อมที่ดูด (mouth piece) ไว้ในปาก ปิดปากให้สนิท หายใจเข้าทางปากช้าๆลึกๆจนสุด กลั้น 5-10 วินาที (ปล่อยปาก) หายใจออกทางปากช้าๆ		
5	วัน 2-3 วัน ทำซ้ำ พยายามดูดให้ขึ้นถึง 3 ลูก (มากที่สุด)		
6	ทำ ชม.ละ 5-10 ครั้ง ที่ตื่นอยู่		
7	แนะนำอื่นๆควรขยับตัวบ่อยๆ เดินได้ก็เดิน		
8	ฝึกไอขับเสมหะ (หายใจเข้าใช้กระบังลม เต็มที่ กลั้นไว้จนความดันสูงสุด ไอ ใช้หมอนกดทับกระเบื้อง		
9	ควรทำ 9-2-4 hr ตอนตื่น กินน้ำอุ่นๆ ปรดมากขอยาแก้ปวด		

