

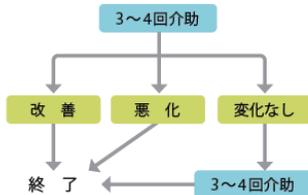
呼吸介助は、離床時に生じた呼吸困難感を軽減させたい時に有用なアプローチのひとつです。離床のときに息こらえをして生じた息切れに対して、胸郭に手を当て一時的に換気量を増やすことで、呼吸困難感の軽減を期待することができます。



臨床のコツ

<徒手呼吸介助の意思決定フローチャート>

呼吸介助は、時間や回数を決めてやれば効果がでるわけではありません。以下に示す意思決定フローチャートを参考に、3～4回の呼吸サイクルを介助してみて、そのときの患者さんの反応により、終了か追加の介助を実施するのかを判断するのがポイントです。



注意点

- ① 3～4回呼吸介助を行い不変であれば再度3～4回行う。改善または悪化の場合は1サイクルで終了する。
- ② 呼吸介助はあくまで離床の補助手段として行うものであり、呼吸疾患を良くできるものではないことを念頭にアプローチすること。

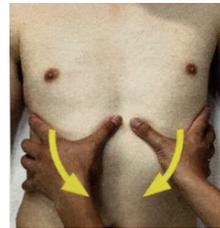
<上部胸郭・下部胸郭に対する呼吸介助の実施方法>

上部胸郭



- ・運動方向：吸気時に斜め45度上方へ膨らみ、呼気時に斜め45度下方へしぼんでいくような動きをしています。
- ・手の位置：中指を鎖骨中心にあて前胸部を覆うように密着させます。
- ・介助方法：呼気開始時より介助者は前方へ重心を移動しつつ斜め45度下方に介助していきます。
※吸気時には、手を当てておくだけで、胸郭が斜め45度上方に膨らんでいく動きを妨げないでください。

下部胸郭



- ・運動方向：基本的な運動方向は呼気時に、①胸郭が呼気に尻側に下がる方向、②下位肋骨が臍の方向に近づく方向の2つです。
- ・手の位置：両方の母指を剣状突起に合わせます。
- ・両手を側胸部の方向に広げ密着させます。
- ・介助方法：呼気時は、胸郭を下方にさげつつ、左右の肋骨を少ししぼませるように介助します(写真)。
※吸気時には、胸郭が膨らみながら頭側に移動する動きを補助するように介助します。