

Het gebruik van longfunctietrainer Cliniflo

In deze folder vindt u informatie over het belang van een goede ademhaling en het gebruik van een longfunctietrainer: de Cliniflo. Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, stelt u deze dan gerust aan de behandelend fysiotherapeut of aan de verpleegkundigen op de verpleegafdeling.

Een goede ademhaling

Een goede ademhaling is - zeker na een operatie - erg belangrijk. Bij een verkeerde ademhaling kunnen complicaties optreden, zoals een longontsteking. Na een operatie in buik is vaak sprake van wondpijn. Dit bemoeilijkt de ademhaling, waardoor snel de neiging ontstaat oppervlakkig te ademen en de onderste longdelen niet te gebruiken. Het is daarom belangrijk goed door te ademen.

Complicaties bij een slechte ademhaling

Wanneer iemand door de pijn niet goed kan of niet goed durft door te ademen of te hoesten, blijft er slijm in de luchtwegen zitten. Hierdoor kunnen de longblaasjes samenvallen of dichtklappen. Door het ophopen van slijm in de onderste longdelen kan er een infectie van de luchtwegen ontstaan of een longontsteking.

Adviezen voor het ophoesten

Bij een pijnlijke borst- of buikwond is het moeilijk om slijm goed op te hoesten.

Enige tips om dat goed te doen, zijn:

- Gebruik een klein kussentje of een opgevouwen handdoek om de operatiewond te ondersteunen. Druk met uw handen het kussentje of handdoek tegen de operatiewond. Hierbij kunt u uw benen iets buigen, zodat er minder spanning op de wond komt te staan en u makkelijker kunt (op)hoesten.
- Geen kussentje of handdoek? Gebruik dan alleen uw handen ter ondersteuning van de operatiewond.

De Cliniflo

Een hulpmiddel voor een goede ademhaling is de Cliniflo genoemd. Dit apparaat helpt om voldoende diep en op de juiste manier adem te kunnen halen.



Het gebruik van de Cliniflo

1. Ga goed rechtop zitten, zodat de longen zich beter kunnen ontplooien. U ademt langzaam en diep in door het mondstuk van de Cliniflo, zodat er zo lang mogelijk een luchtstroom is. De zuurstof bereikt zo alle longdelen zodat deze goed worden geventileerd.
2. Bij een langzame en diepe ademhaling gaat het gele schijfje in de Cliniflo zweven
3. Probeer het schijfje minstens 5 seconden achter het glimlachende gezicht te laten zweven. Wanneer u niet meer kunt inademen, houdt u de adem nog enkele seconden vast voordat u uitademt.
4. Herhaal dit 5 tot 10 keer per uur.
5. Met de wijzer aan de achterkant kunt u de weerstand instellen, zodat u steeds beter en dieper leert adem te halen.

De fysiotherapeut kan u hierbij ondersteunen of eventueel andere ademhalingsoefeningen adviseren.

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

122430082023