

بررسی تأثیر آموزش تنفس با لب های جمع شده در بیماران مبتلا به بیماری های مزمن انسدادی ریه

فاطمه سادات ایزدی آونجی^{۱*}، محمد افشار^۲، علی حاجی باقری^۳

چکیده

مقدمه: تکنیک های نوتوانی ریه جهت کاهش ناتوانی و افزایش مشارکت بیمار در فعالیت های فیزیکی و اجتماعی و روی هم رفته بهبود کیفیت زندگی برای افراد با بیماری های تنفسی مزمن طراحی شده اند. اما نقش این تکنیک ها هنوز مبهم باقی مانده است. این مطالعه اثر آموزش تنفس با لب های جمع شده (PLB) را روی عملکرد تنفسی، گازهای خون شریانی و فعالیت های روزانه زندگی بیماران مبتلا به بیماریهای مزمن انسدادی ریه (COPD) بررسی می کند.

روش بررسی: این پژوهش یک مطالعه از نوع نیمه تجربی به روش قبل و بعد است که روی ۴۰ بیمار مبتلا به COPD در بیمارستان شهید بهشتی کاشان انجام شد. اسپروگرام و آنالیز گازهای خون شریانی (ABG) قبل و بعد از سه ماه تمرین تنفس با لب های جمع شده انجام شد و جهت بررسی فعالیت روزانه زندگی از یک پرسشنامه (AQ20) استفاده شد. آزمون رتبه ای نشانه ای ویلکاکسون و آزمون های توصیفی برای تجزیه و تحلیل داده های جمع آوری شده از مورد استفاده قرار گرفت.

نتایج: مطالعه نشان داد که بعد از سه ماه تمرین تنفسی میزان اشباع اکسیژن خون شریانی به طور معنی دار ($P=0/002$) افزایش داشت. اگرچه در PaO2 افزایش دیده شد ولی تغییرات آن معنی دار نبود. به علاوه کاهش معنی داری ($P=0/014$) در میزان PaCO2 و تعداد تنفس ($P=0/0001$) مشاهده شد. سطح فعالیت های روزانه زندگی (ADL) نیز افزایش قابل ملاحظه ای نشان داد ($p < 0/0001$). فشار هوای بازدمی اجباری در ثانیه اول (FEV1%) و ظرفیت حیاتی اجباری (FVC) تغییر معنی داری نداشتند.

نتیجه گیری: نتایج تحقیق نشان داد که آموزش تنفس با لب های جمع شده باعث بهبود عملکرد ریوی، گازهای خون شریانی و افزایش میزان فعالیت های روزانه زندگی می شود. بنابراین باید آموزش تمرینات تنفسی در برنامه های فیزیوتراپی تنفسی بیماران مبتلا به COPD گنجانده شود تا کیفیت زندگی آنان بهبود یابد.

واژه های کلیدی: تنفس با لب های جمع شده، بیماری های مزمن انسدادی ریه، فعالیت های روزانه زندگی

مقدمه

آنان بر اساس اسپروگرام ثابت شده است^(۱). این بیماری یکی از علل عمده ناخوشی و مرگ و میر مزمن و رو به رشد در سراسر دنیا می باشد و هم اکنون چهارمین علت مرگ و میر در جهان را تشکیل می دهد^(۲). پیش بینی می شود که شیوع بیماری و مرگ و میر ناشی از آن در دهه آتی افزایش یافته و به عنوان سومین علت مرگ و میر تا سال ۲۰۲۰ تخمین زده می شود^(۳،۴). گزارشات نشان می دهد COPD در مردان بیش از زنان است و

بیماریهای مزمن انسدادی ریه (Chronic) COPD

Obstructive Pulmonary Diseases اصطلاحی است برای

افرادی که برونشیت مزمن یا آمفیزم دارند و انسداد راه هوایی

* نویسنده مسئول: مربی گروه پرستاری و داخلی جراحی، دانشکده پرستاری دانشگاه علوم پزشکی کاشان، تلفن: ۰۳۶۱-۵۵۰۰۲۱-۲۵، داخلی ۲۴۷، نمایر: ۰۳۶۱-۵۵۵۶۶۳۳
Email: Izady_avangy@yahoo.com

۲۰۳- مربی گروه پرستاری

۱، ۲، ۳- دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کاشان

تاریخ پذیرش: ۱۳۸۵/۴/۲۸

تاریخ دریافت: ۱۳۸۴/۶/۲۰