



Andning med BA-tube patientinstruktion

Andning med BA-tube (Bronchitis Aid Tube) är en form av PEP-andning. PEP (Positive Expiratory Pressure) innebär att du andas ut mot ett motstånd. Med PEP-andning kan du öppna avstängda luftvägar, påverka ev. sekret så att det lättare lossnar. Detta gör att du kan andas lättare och minskar risken för infektioner.

Utprovat motstånd _____

Gör så här:

- Sitt i en avslappnad ställning med god hållning och stöd för fötter och ev armar.
- Sätt munstycket i munnen och slut tätt med läpparna.
- Andas in långsamt genom näsan.
- Andas ut i munstycket. Blås ut jämt och lugnt, ej för länge. Påbörja direkt nästa inandning.

Upprepa utandningen _____ **ggr** _____

Om du har mycket slem varva andningsträningen med forcerad utandning (huffing) och hostning, tills du känner sig ren från slem. Med huffing menas att du efter inandning skall stöta ut luften genom munnen öppen, som om du ska imma en spegel. Börja med små huffar och gör allt större för att sedan hosta upp sekret. Avsluta alltid med att blåsa i BA-tuben några gånger.

Vid rengöring följ bruksanvisningen som säger att;

"Daglig rengöring. Placera medföljande pinne i tuben, tryck av den blå hatten. Rengör under hett vatten, eller i diskmaskin. Skaka av vattnet och lufttorka. Sätt ihop delarna så att hattens pil pekar mot sifferskalan, tryck sedan ihop tills det hörs ett knäpp."

Leg fysioterapeut _____ telefon _____