

Bài 9

KỸ THUẬT HO CÓ KÍCH THÍCH

THS. Lê Thị Khánh Nam

A. MỤC TIÊU BÀI HỌC

Sau khi học xong bài này, học viên có khả năng:

1. Nêu được chỉ định và chống chỉ định.
2. Thực hiện đúng kỹ thuật.

B. NỘI DUNG

1. Đại cương

- Ho là một phản xạ bảo vệ khi có kích thích đường hô hấp (dị vật, nước...)
- Ho chia làm 3 kỳ:
 - + Kỳ 1: Chuẩn bị ho - ở thì thở vào (1 - 2 giây)
 - + Kỳ 2: Ép thanh môn và co thắt các cơ hô hấp (0,25 giây)
 - + Kỳ 3: Khí bị thở mạnh, thanh môn mở ra áp lực lồng ngực hạ xuống, giai đoạn này quyết định cường độ ho và kiểu ho.

2. Chỉ định

- Khi cần tống các chất lắng đọng trong phân cao ở đường dẫn khí.
- Các trường hợp có nguy cơ dày dính phổi, màng phổi.
- Bệnh lý có nguy cơ gây xẹp phổi.
- Những người bệnh mất phản xạ ho do tổn thương thần kinh chi phối các cơ quan hô hấp.

3. Chống chỉ định

- Tràn khí màng phổi chưa được dẫn lưu (không dẫn lưu dễ khó thở, đau)
- Chấn thương nội sọ.
- Cắt bỏ khí quản hoặc khâu nối khí quản.
- Gãy xương sườn.

4. Thận trọng

- Tim bẩm sinh.
- Viêm tiểu phế quản.

- Hen suyễn.

- Mềm sụn thanh quản.

- Trào ngược dạ dày - thực quản.

- Đặc biệt trẻ 3 - 4 tuổi: nguy cơ tiềm ẩn gây chấn thương do trẻ có thể ức chế ho → không bắt buộc thực hiện một cách triệt để.

5. Kỹ thuật

5.1 Ho có trợ giúp – kích thích ho

- Đầu trẻ ở tư thế duỗi.

- Một tay kỹ thuật viên đặt ở gáy trẻ, sau cột sống cổ để nâng đầu lên.

- Kỹ thuật viên tìm vị trí hõm ức.

- Sờ tìm khí quản.

- Kỹ thuật viên đặt ngón tay cái, tạo áp lực nhẹ nhàng thẳng góc với khí quản vào cuối thì hít vào.

- Dùng máy hút thích thích cơ quan nhận cảm: rãnh mũi, vòm miệng.

- Dùng ngón tay sạch kích thích họng.

* Thao tác nhẹ nhàng: Không làm gập cổ của trẻ.

* Thao tác an toàn: Không đẩy cổ trẻ ưỡn ra sau.

*Thao tác hiệu quả:

- Không làm trẻ bị ọc ói.

- Thực hiện tối đa 2- 3 lần, trẻ có thể ho tự phát. 4-5 lần để sinh ra phản xạ ức chế.

5.2 Ho hướng dẫn – ho có hiệu quả

Mục đích: đào thải các chất tiết trong bộ máy hô hấp, giữ cho đường hô hấp sạch.

Chỉ định: bệnh phổi cấp tính và mãn tính

Kỹ thuật

- BN tư thế thoải mái, ngồi hoặc hơi nghiêng người về phía trước là tư thế thích hợp

- BN hít vào sâu, giữ hơi từ 3 – 5s

- Há miệng ho, tống hơi mạnh

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Y tế (2014). Hướng dẫn quy trình kỹ thuật chuyên ngành Phục hồi chức năng (Ban hành kèm theo quyết định 54/QĐ-BYT ngày 06 tháng 01 năm 2014).