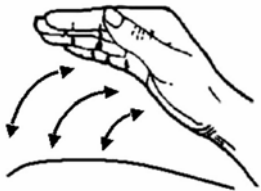


ประกอบด้วย

1. การจัดท่าเด็ก (postural drainage)
2. การเคาะปอด (percussion)
3. การสั่นสะเทือน (vibration)
4. การไออย่างมีประสิทธิภาพ (effective cough)
5. การดูดเสมหะ (เฉพาะเด็กเล็กหรือเด็กที่ไม่สามารถไอวันเสมหะได้เอง)

หลักการทั่วไป

1. การจัดท่า เพื่ออาศัยแรงโน้มถ่วงของโลก ทำให้เสมหะไหลออกจากหลอดลมเล็กส่วนปลายเข้าสู่หลอดลมใหญ่ตรงกลาง เมื่อเด็กไอเสมหะจะถูกขับออกมาได้มากขึ้น
2. การเคาะ ใช้อุ้งมือ (ตั้งรูป) ไม่ควรใช้ฝ่ามือ ควรทำมือให้เป็นลักษณะค้อม นิ้วชิดกัน ที่เรียกว่า cupped hand เคาะบริเวณทรวงอกส่วนที่ต้องการระบายเสมหะ



3. ใช้ฝ่ามือรองบนส่วนที่จะเคาะ
4. การเคาะแต่ละท่าควรใช้เวลาโดยเฉลี่ยประมาณ 1-3 นาที หรือนานกว่านั้นถ้ายังมีเสียงเสมหะมากอยู่
5. ขณะเคาะหากเด็กไอ ควรใช้ การสั่นสะเทือนช่วย โดยใช้มือวางราบ พร้อมทั้งเกร็งกล้ามเนื้อบริเวณต้นแขนและหัวไหล่ทำให้มือสั่น ในระหว่างที่กำลังไอ หรือช่วงที่เด็กหายใจออก
6. ฝึกการไอ ให้มีประสิทธิภาพ (ทำได้เฉพาะเด็กที่รู้เรื่อง สามารถเข้าใจและทำตามคำอธิบายได้)

ฝึกได้โดยให้เด็กหายใจเข้าเต็มที่ซ้ำ ๆ กลั้นไว้สักครู่ และไอออกมาโดยเร็วและแรง

7. ควรทำการระบายเสมหะ ก่อนมีนมหรืออาหาร หรือขณะท้องว่าง หรืออย่างน้อย 2 ชั่วโมง หลังอาหาร เพื่อป้องกันการสำลักและอาเจียน

การจัดท่าเคาะปอด



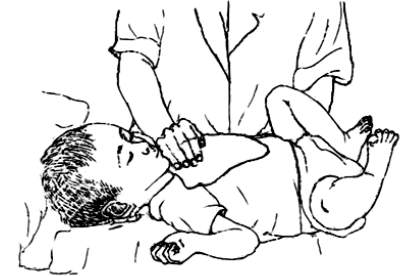
ท่าที่ 1 ปอดกลีบซ้ายบนส่วนยอด

จัดให้เด็กอยู่ในท่านั่งเอนตัวมาข้างหลังประมาณ 30° เคาะบริเวณด้านบนบน เหนือทรวงอกด้านซ้าย ระหว่างกระดูกไหปลาร้าและกระดูกสะบัก



ท่าที่ 2 ปอดกลีบซ้ายบนด้านหลัง

จัดทำให้เด็กนั่งคร่อมตัวมาทางด้านหน้าเล็กน้อย (30°) บนแขนของผู้ให้การบำบัด เคาะบริเวณด้านหลังตอนบน เหนือกระดูกสะบัก ระหว่างกระดูกต้นคอและหัวไหล่



ท่าที่ 3 ปอดกลีบซ้ายบนด้านหน้า

จัดท่านอนหงายราบ เคาะบริเวณเหนือราวนมต่ำ จากกระดูกไหปลาร้าเล็กน้อย



ท่าที่ 4 ปอดกลีบซ้ายส่วนกลาง

จัดทำให้ศีรษะต่ำลงประมาณ 15° และตะแคง ด้านซ้ายขึ้นมาประมาณ 1/4 จากแนวราบ และเคาะบริเวณราวนมด้านซ้าย



ท่าที่ 5 ปอดกลีบซ้ายล่างส่วนชายปอดด้านหน้า
จัดให้เด็กนอนตะแคงกึ่งคว่ำหน้า ศีรษะต่ำ 30°
ประคองทรงวงอกบริเวณชายโครงด้านซ้ายหงายขึ้นมา
เล็กน้อย
เคาะบริเวณเหนือชายโครงด้านข้างตอนหน้าต่ำ
จากราวนมลงมาเล็กน้อย



ท่าที่ 6 ปอดกลีบซ้ายล่างส่วนชายปอดด้านข้าง
จัดท่าศีรษะต่ำ 30° นอนตะแคงเกือบคว่ำ
เคาะบริเวณด้านข้างเหนือชายโครงระดับ
เดียวกับท่าที่ 5 ใต้ต่อรักแร้ของเด็ก



ท่าที่ 7 ปอดกลีบซ้ายด้านล่างส่วนหลัง
จัดท่าศีรษะต่ำ 30° นอนคว่ำ เคาะบริเวณ
ด้านหลังต่ำจากกระดูกสะบักลงมาในระดับเดียวกับชาย
โครงด้านหน้า

หมายเหตุ :

ในภาพเป็นการแสดงท่าระบายเสมหะจากปอด
ด้านซ้าย สำหรับการระบายเสมหะจากปอดด้านขวา
ให้จัดทำแบบเดียวกันแต่สลับข้างจากซ้ายเป็นขวา
ถ้าทราบว่า พยาธิสภาพอยู่ที่ปอดส่วนไหนให้
เน้นเคาะที่ตำแหน่งนั้นเป็นพิเศษ

เนื้อเรื่อง คุณชิตติดา ชัยศุภมวงคณากร
อาจารย์ที่ปรึกษา รศ.พญ.อรุณวรรณ พฤทธิพันธุ์
ภาพประกอบ คุณสุรพล แสงโสภิต
ออกแบบรูปเล่ม คุณเมตตา ขำอินทร์

การเคาะปอด เพื่อระบายเสมหะ ในเด็กเล็ก



โครงการส่งเสริมฟื้นฟูสมรรถภาพปอดเด็ก
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
โทรศัพท์ 02-201-1727