

Spis treści

Przedmowa

Wstęp

Część pierwsza

Rozdział 1 Rola fizjoterapii w leczeniu mukowiscydozy

1.1. Co to jest mukowiscydoza?

1.2. Cele fizjoterapii

Rozdział 2 Terapia inhalacyjna

2.1. Efektywność inhalacji

2.2. Metody rozpylania środków leczniczych

2.2.1. Inhalacje za pomocą sprężonego powietrza

2.2.2. Inhalacje za pomocą ultradźwięków

2.2.3. Inhalacje za pomocą technologii MESH

2.3. Procedury łączenia terapii inhalacyjnej z drenażem oskrzeli

2.3.1. Oczyszczenie oskrzeli

2.3.2. Depozycja leku w płucach

2.4. Zastosowanie filtra do inhalacji

2.5. Ustnik czy maseczka?

2.6. Higiena inhalatorów

2.6.1. Prawidłowa praca nebulizatorów

2.6.2. Ryzyko zakażenia bakteryjnego

2.6.3. Jak dbać o higienę inhalatorów

Rozdział 3 Metody drenażowe

3.1. Czynniki umożliwiające ewakuację wydzieliny z oskrzeli

3.1.1. Rozluźnienie i oderwanie wydzieliny

3.1.2. Przesunięcie wydzieliny

3.1.3. Wykrztuszenie wydzieliny

3.2. Techniki drenażowe stosowane w mukowiscydozie

3.2.1. Drenaż ułożeniowy

3.2.2. Drenaż zmodyfikowany

3.2.3. Technika natężonego wydechu

3.2.4. Technika aktywnego cyklu oddechowego

3.2.5. Drenaż autogeniczny (Autogenic Drainage – AD)

3.2.6. Drenaż autogeniczny wspomagany (Assisted Autogenic Drainage – AAD)

3.2.7. Technika podwyższonego ciśnienia wydechowego (Positive Expiratory Pressure – PEP)

3.2.8. Technika zmiennego ciśnienia oskrzelowego (PEP oscylacyjny)

3.2.9. Technika wysokiej częstotliwości wibracji klatki piersiowej (kamizelka The Vest®)

3.3. Drenaż oskrzeli w czasie upałów

Rozdział 4 Ćwiczenia fizyczne

4.1. Znaczenie wysiłku fizycznego dla chorych na mukowiscydozę

4.2. Formy wysiłku fizycznego

4.2.1. Ćwiczenia poprawiające wydolność fizyczną

4.2.2. Trening siłowy

4.2.3. Ćwiczenia wspomagające drenaż oskrzeli

4.2.4. Ćwiczenia korekcyjne

- 4.2.5. Ćwiczenia poprawiające ruchomość klatki piersiowej
- 4.2.6. Ćwiczenia oddechowe
- 4.2.7. Niechęć do wysiłku fizycznego
- 4.3. Wysiłek fizyczny u chorych z cukrzycą
 - 4.3.1. Jak wysiłek fizyczny wpływa na poziom cukru we krwi u chorych z cukrzycą?
 - 4.3.2. Jak zapobiegać hipoglikemii i hiperglikemii wywołanej wysiłkiem?
 - 4.3.3. Zasady stosowania wysiłku fizycznego u chorych z cukrzycą

Rozdział 5 Edukacja

Część druga

Rozdział 6 Fizjoterapia niemowląt

- 6.1. Inhalacje
 - 6.1.1. Dobór odpowiedniego inhalatora dla niemowlęcia
 - 6.1.2. Wykonanie zabiegu inhalacyjnego
 - 6.1.3. Postępowanie po zabiegu inhalacyjnym
 - 6.1.4. Higiena nebulizatora
- 6.2. Oczyszczanie oskrzeli
 - 6.2.1. Drenaż zmodyfikowany
 - 6.2.2. Drenaż na piłce
 - 6.2.3. Drenaż autogeniczny wspomagany (Assisted Autogenic Drainage – AAD)
 - 6.2.4. Maska PEP
- 6.3. Ćwiczenia fizyczne
 - 6.3.1. Ćwiczenia wspomagające drenaż
 - 6.3.2. Ćwiczenia poprawiające ruchomość klatki piersiowej
 - 6.3.3. Ćwiczenia oddechowe
 - 6.3.4. Ćwiczenia stymulujące prawidłowy rozwój psychoruchowy
- 6.4. Edukacja

Rozdział 7 Fizjoterapia dzieci do 3. roku życia

- 7.1. Inhalacje
 - 7.1.1. Jak przestawić dziecko z maseczki na ustnik?
 - 7.1.2. Wykonanie zabiegu inhalacyjnego
- 7.2. Oczyszczanie oskrzeli
 - 7.2.1. Drenaż zmodyfikowany
 - 7.2.2. Drenaż autogeniczny wspomagany
 - 7.2.3. Delikatne uciski podczas leżenia na bokach
- 7.3. Ćwiczenia fizyczne
 - 7.3.1. Ćwiczenia kształtujące wydolność fizyczną
 - 7.3.2. Ćwiczenia wspomagające drenaż
 - 7.3.3. Ćwiczenia poprawiające ruchomość klatki piersiowej
 - 7.3.4. Ćwiczenia oddechowe
- 7.4. Edukacja

Rozdział 8 Fizjoterapia dzieci w wieku przedszkolnym (3–6 lat)

- 8.1. Inhalacje
- 8.2. Oczyszczanie oskrzeli
 - 8.2.1. Drenaż zmodyfikowany
 - 8.2.2. Technika natężonego wydechu
 - 8.2.3. Technika aktywnego cyklu oddechowego

- 8.2.4. Drenaż autogeniczny wspomagany
- 8.2.5. RC Cornet
- 8.2.6. Technika podwyższonego ciśnienia wydechowego (PEP)
- 8.3. Ćwiczenia fizyczne
 - 8.3.1. Ćwiczenia poprawiające wydolność fizyczną
 - 8.3.2. Ćwiczenia wspomagające drenaż
 - 8.3.3. Ćwiczenia rozciągające klatkę piersiową
 - 8.3.4. Ćwiczenia oddechowe
 - 8.3.5. Ćwiczenia wdechowe
 - 8.3.6. Ćwiczenia przeponowe
- 8.4. Edukacja

Rozdział 9 Fizjoterapia dzieci w wieku szkolnym (7–13 lat)

- 9.1. Inhalacje
- 9.2. Oczyszczanie oskrzeli
 - 9.2.1. Technika aktywnego cyklu oddechowego
 - 9.2.2. Technika natężonego wydechu
 - 9.2.3. Drenaż autogeniczny wspomagany
 - 9.2.4. Drenaż autogeniczny
 - 9.2.5. Technika zmiennego ciśnienia oskrzelowego (PEP oscylacyjny)
- 9.3. Ćwiczenia fizyczne
 - 9.3.1. Ćwiczenia poprawiające wydolność fizyczną
 - 9.3.2. Ćwiczenia wspomagające drenaż
 - 9.3.3. Ćwiczenia poprawiające ruchomość klatki piersiowej
 - 9.3.4. Ćwiczenia oddechowe
- 9.4. Edukacja

Rozdział 10 Fizjoterapia chorych w wieku młodzieńczym (14–20 lat)

- 10.1. Inhalacje
- 10.2. Oczyszczanie oskrzeli
 - 10.2.1. Technika zmiennego ciśnienia oskrzelowego z zastosowaniem Acapelli® lub Fluttera®
 - 10.2.2. Flutter® czy Acapella®?
 - 10.2.3. Technika natężonego wydechu
 - 10.2.4. Technika aktywnego cyklu oddechowego
 - 10.2.5. Drenaż autogeniczny
- 10.3. Ćwiczenia fizyczne
 - 10.3.1. Ćwiczenia poprawiające wydolność fizyczną
 - 10.3.2. Trening siłowy (oporowy)
 - 10.3.3. Ćwiczenia korekcyjne
 - 10.3.4. Wskazówki dla chorych z cukrzycą
- 10.4. Edukacja

Rozdział 11 Fizjoterapia chorych w wieku dorosłym

- 11.1. Niepokojące objawy
- 11.2. Inhalacje
- 11.3. Oczyszczanie oskrzeli
- 11.4. Krwioplucie
 - 11.4.1. Pojedyncze żyłki krwi
 - 11.4.2. Umiarkowane krwioplucie
 - 11.4.3. Masywne krwawienie
- 11.5. Odma opłucnowa
 - 11.5.1. Mała odma opłucnowa

- 11.5.2. Duża odma opłucnowa
- 11.5.3. Fizjoterapia po wyleczeniu odmy opłucnowej
- 11.5.4. Aktywność fizyczna po wyleczeniu odmy opłucnowej
- 11.6. Przewlekła niewydolność oddechowa
 - 11.6.1. Tlenoterapia
 - 11.6.2. Fizjoterapia chorych z niewydolnością oddechową
- 11.7. Przeszczepienie płuc
 - 11.7.1. Przygotowanie do zabiegu operacyjnego
 - 11.7.2. Fizjoterapia po zabiegu operacyjnym wczesna
 - 11.7.3. Fizjoterapia po zabiegu operacyjnym późna
- 11.8. Fizjoterapia w czasie ciąży
 - 11.8.1. Techniki oczyszczania oskrzeli
 - 11.8.2. Ćwiczenia fizyczne w czasie ciąży
 - 11.8.3. Fizjoterapia po porodzie w wyniku cesarskiego cięcia
 - 11.8.4. Fizjoterapia w okresie poporodowym
- 11.9. Ćwiczenia fizyczne
- 11.10. Ćwiczenia oddechowe
- 11.11. Edukacja

Bibliografia

Spis fotografii i rysunków

Słowniczek