

Référence

Méthodes de soins. *Spirométrie incitative ou inspiration maximale soutenue*, [En ligne] 2014, [<https://msi.expertise-sante.com/fr>] (consulté en octobre 2019).

Centre intégré de santé et de services sociaux
de Lanaudière

Guide d'enseignement Spirométrie



Conseils à l'utilisateur

Comment la spirométrie peut-elle m'aider?

- Prévenir les complications respiratoire en post opératoire.
- Déloger les sécrétions respiratoires.
- Maintenir ou améliorer la fonction respiratoire.
- Prévention des infections respiratoires.

Fréquence d'utilisation

- 5 à 10 minutes aux heures

Montage de l'appareil

Se référer à l'image de la page couverture.

Comment l'utiliser?

- Se laver les mains.
- S'asseoir confortablement au lit ou au fauteuil.
- Au besoin, s'il y a présence d'une plaie abdominale, placez un coussin abdominal au niveau de la plaie.
- Ajustez le réglage du spiromètre selon vos capacités respiratoires.
- Maintenez le spiromètre en position verticale au niveau de la bouche.
- Expirez normalement.
- Placez les lèvres hermétiquement au niveau de l'embout buccal.
- Inspirez au maximum dans le spiromètre et garder votre respiration afin de soulever et de maintenir la boule en équilibre le plus haut possible.
- Initialement, maintenez la boule en équilibre 2 secondes et augmentez graduellement à chaque respiration jusqu'à 6 à 10 secondes.
- Évitez les respirations rythmées de faibles amplitudes qui font percuter la boule dans le cylindre du spiromètre.
- Retirez vos lèvres de l'embout buccal.
- Expirez lentement.
- Toussez en serrant au besoin votre coussin abdominal au niveau de la plaie.
- Respirez normalement et répéter la séquence.

IMPORTANT | Si vous vous sentez étourdie, prenez quelques respirations normales avant de recommencer.