




# BỆNH VIỆN ĐA KHOA TỈNH LÀO CAI



## QUY TRÌNH KỸ THUẬT TẬP HO CÓ TRỢ GIÚP QTKT.PHCN.07

|           | Người viết  | Người kiểm tra   | Người phê duyệt   |
|-----------|---|--|---|
| Họ và tên | Ths. Lý Hải Yến   | BSCKI. Hoàng Anh Quý   | BSCKII. Phạm Văn Thịnh  |
| Ký        |  |  |  |

## **QUY TRÌNH KỸ THUẬT TẬP HO CÓ TRỢ GIÚP**

### **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: Khép 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 tổng các chất lắng đọng trong đường hô hấp.
- 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**

Nhồi máu cơ tim cấp, chảy máu lồng ngực, ổ bụng...

### **4. THẬN TRỌNG:**

Thận trọng trong các bệnh lý thoát vị.

### **5. CHUẨN BỊ**

**5.1. Người thực hiện quy trình kỹ thuật:** Bác sỹ hoặc điều dưỡng hoặc kỹ thuật viên được đào tạo phục hồi chức năng

**5.2. Thuốc:**

**5.3. Vật tư:** Dung dịch rửa tay, khẩu trang, găng tay

**5.4. Trang thiết bị**

- Giường, ghế, máy hút, máy thở, máy khí rung (nếu có)
- Khay quả đậu, khăn tay, máy đo áp lực O<sub>2</sub> và CO<sub>2</sub> (nếu có)
- Máy đo huyết áp, ống nghe...
- Ống thông các loại.

**5.5. Người bệnh:** phải hợp tác và được giải thích rõ mục đích tập luyện. chuẩn bị tư thế ngồi thoải mái, dễ chịu, thuận tiện và phù hợp.

**5.6. Hồ sơ bệnh án**

Ghi chép đầy đủ tình trạng của người bệnh trước và sau khi tập ho.

**5.7. Thời gian thực hiện kỹ thuật:** từ 20-30 phút

**5.8. Địa điểm thực hiện kỹ thuật:** phòng thủ thuật

**5.9. Kiểm tra hồ sơ**

- a, Kiểm tra người bệnh
- b, Thực hiện bảng kiểm an toàn phẫu thuật, thủ thuật
- c, Đặt tư thế bệnh nhân

## **6. CÁC BƯỚC TIẾN HÀNH**

**6.1. Tâm lý tiếp xúc:** giải thích cho người bệnh và người nhà người bệnh mục đích, mục tiêu tập ho để cùng hợp tác.

**6.2. Kỹ thuật:** (dành cho tập ho trong nhi khoa)

- Phán xạ khí quản
- Đầu ở tư thế duỗi
- Một tay kỹ thuật viên đặt ở gáy trẻ để nâng đầu lên.
- Kỹ thuật viên tìm vị trí hõm ức.
- Sờ tìm khí quản.
- Kỹ thuật viên đặt ngón tay trượt ngang khí quản theo nhịp thở rồi ấn xuống dưới, ấn ra sau và vào trong.
- Đường hô hấp trên.
- Dùng máy hút thích thích cơ quan nhận cảm: rãnh mũi, vòm miệng.
- Dùng ngón tay sạch kích thích họng.

**6.3. Các kỹ thuật khác:** tay kỹ thuật viên ấn, đẩy phổi phải ở thì thở ra.

## **7. THEO DÕI**

**7.1. Trước và sau khi làm kỹ thuật:** theo dõi tình trạng toàn thân, sắc mặt, tím tái, kiểu thở, người bệnh mệt, mạch, huyết áp, áp lực O<sub>2</sub> và CO<sub>2</sub>

**7.2. Sau khi ho có thể tự khạc dịch tiết:**

- Dùng máy hút, hút dịch tiết (nếu không khạc được)
- Cần theo dõi số lượng, màu sắc, độ quánh, mùi vị dịch tiết.

## **8. TAI BIẾN VÀ XỬ TRÍ**

Mệt, sắc da tím, nôn mửa, thở nhanh: Ngừng tập thở và báo cáo bác sỹ chuyên khoa để xử trí ngay.

Đề phòng: Trước khi tiến hành kỹ thuật cần kiểm tra lại để đảm bảo đúng chỉ định-chống chỉ định, đảm bảo sức khỏe của bệnh nhân, đảm bảo đúng các bước kỹ thuật

## **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

- Quyết định số 54/QĐ-BYT ngày 06/01/2014 của Bộ trưởng Bộ Y tế ban hành tài liệu Hướng dẫn Quy trình kỹ thuật chuyên ngành Phục hồi chức năng.
- Giáo trình Phục hồi chức năng, Đại học y Hà nội, Bộ môn Phục hồi chức năng, Nhà xuất bản y học năm 2020