

ENDURANCE SHUTTLE WALK TEST



- 10 metrů dlouhá rovinka
- stanovené tempo (CD nahrávka)
- rychlost chůze odpovídající 85% vrcholového výkonu při ISWT (VO₂peak)
- ukončení testu v symptomaticky limitovaném maximu
- výsledek udaný v sekundách (čas)

**instruktáž pacienta
provedení testu
monitoring TF a saturace
pozátěžový screening
TF, saturace, Borg (dušnost, vnímané úsilí)**

Revill et al. 1999 Thorax

KLINICKÁ PRAXE: KAZUISTIKA

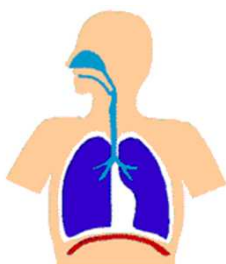


- muž, 66 let, CHOPN, FEV₁ 1.22, FVC 1.92

Vstupní vyš.		Výstupní vyš.	
Borg 0	ISWT 440 m	Borg 0	ISWT 500 m
TF 83	TF 115	TF 87	TF 111
spO2 96 %	spO2 88 %	spO2 95 %	spO2 89 %
MRC 3	Borg 4	MRC 3	Borg 4
	RPE 17		RPE 13
	konec rychlost		konec únava DKK
	ESWT 3:29		ESWT 6:04
	km/h 5.14		km/h 5.14
	HR 120		HR 116
	spO2 90 %		spO2 90 %
	Borg 5		Borg 4
	RPE 17		RPE 15
	konec dušnost		konec dušnost



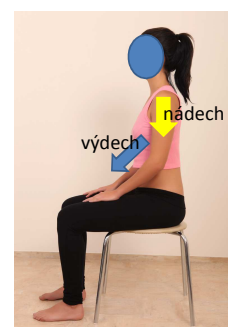
RESPIRAČNÍ FYZIOTERAPIE



REEDUKACE DECHOVÉHO VZORU



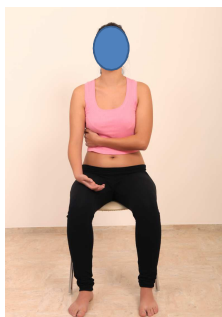
- eliminace horního hrudního dýchání
- zvýšení rozvíjení hrudníku
- podpora bráničního dýchání
- podpora stabilizace bederní páteře



CVIČENÍ NA ZVÝŠENÍ ROZVÍJENÍ HRUDNÍKU



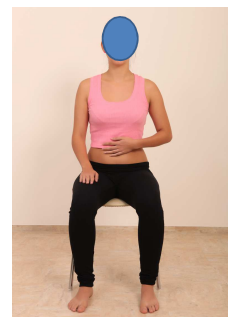
- obnova správného dechového vzoru
- podpora nádechové fáze kašle
- pomalý maximální nádech



BRÁNIČNÍ DÝCHÁNÍ



- podpora správného dechového vzoru
- podpora dolního jícnového svěrače



VÝDECH PŘES SEŠPULENÉ RTY



- stabilizace dýchacích cest během výdechu
- snížení dušnosti



TECHNIKA ÚSTNÍ BRZDY



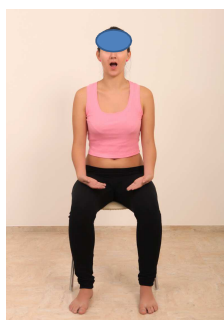
- stabilizace dýchacích cest
- snížení dechových obtíží



AUTOGENNÍ DRENÁŽ



- zlepšení mobility sekretu
„odlepit, posunout sesbírat“
- usnadnění expektorace
- výdech přes otevřenou glotis



DECHOVÉ POMŮCKY



Od 1.9. rozšířena preskripce pomůcek:
- pneumolog, alergolog, pediatr

+ nově také NEUROLOG, LÉKAŘ atestovaný
v rehabilitační a fyzikální medicíně

threshold PEP, threshold IMT, RC-Cornet, PARI O-PEP, flutter, PARI PEP S-systém

DECHOVÉ POMŮCKY

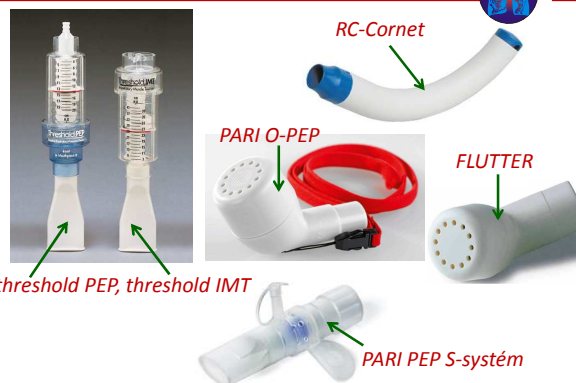


Od 1.9. rozšířena preskripce pomůcek:
- pneumolog, alergolog, pediatr

+ NEUROLOG, LÉKAŘ RFM

threshold PEP, threshold IMT, RC-Cornet, PARI O-PEP, flutter, PARI PEP S-systém

DECHOVÉ POMŮCKY – předpis lékařem



Děkujeme za pozornost ☺



kacaneumannova@gmail.com

jakub.zatloukal@seznam.cz

vladimir.koblizek@fhk.cz