

Einweisung in die Atemtherapie

Nasenatmung- Nase= einatmen
Mund=ausatmen

Funktion der Nase: Erwärmung, Befeuchtung
Filtern/ Reinigung der Atemluft

Taktile Atemlenkung- in den Bauch und zu den Flanken, dafür Hände flächig in diese Gebiete legen um die Atmung dort zu vertiefen.

Ausstreichungen- zwischen den Rippen= Zwischenrippenmuskulatur, ableitende Streichungen über den gesamten Rücken (beginnend am Kopf abwärts arbeiten)

Ziel: bessere Beweglichkeit des Brustkorbes / Rippen
Vertiefung der Atmung

Dehnlagerungen- über Pezziball, Oberschenkel, gerollte Decke o.ä. --- das Kind sollte entspannt und der Kopf gut abgelegt liegen Dehnlagerungen sind in Rückenlage RL, in Seitlage SL und in Bauchlage BL mögl.

Ziel: bessere Belüftung der Lunge
Beweglichkeit des Brustkorbes
Dehnung der Zwischenrippenmuskulatur

Lagerungen- um Sekretablösung und Sekrettransport zu fördern (Vorbeugung Lungenentzündung)
-oberer Brustkorbabschnitt - Kopfhochlage in RL und BL
-mittlerer Brustkorbabschnitt - horizontale Lagerung in RL und BL
- untere und seitliche Brustkorbabschnitte - Kopftiefelage in RL,BL, SL rechts / links

Schleimlösende Maßnahmen-

Vibration im Flankenbereich und auf dem Brustkorb Technik: mit der flachen Hand in der Ausatmung leicht in die Tiefe vibrieren --- gut in Verbindung mit stimmhafter Ausatmung

Abklopfung im Toraxbereich (nicht auf der Wirbelsäule und den Nieren) Technik: hohle Hand (Wasser schöpfen)

Nicht bei Kindern (Patienten), die zu spastischen Reaktionen neigen!

Schüttelungen über untere und obere Extremitäten --- beachte: Hand-und Fußgelenke schützen

Vor den Anwendungen evtl. warme Getränke anbieten, oder das Kind auf Wärmekissen o.ä. lagern. Wärme löst den Schleim und verflüssigt ihn.

Um Schleim besser transportieren / abhusten zu können, soll die Ausatmung verlängert werden. Lange Ausatmung gegen Widerstände stellen die Bronchien weit.

Verlängerte Ausatmung über: Lippenbremse
Singen Seifenblasen
Wasserblubbern mit Strohhalm
wegpusten von Gegenständen; Papierschmetterling o.ä.
Tischtennisball Flip-Flap

Atemerleichternde Stellungen- Wandstellung Torwartstellung Kutschersitz Hängebauchschwein

entlasten das Kind bei Atemnot, stellen den Brustkorb weit und sollten immer in Kombination mit der Lippenbremse erfolgen.