

	یا من اسممه دواء و ذکره شفاء	
---	------------------------------------	---

راهنمای استفاده از دستگاه بخور



سوسن یگانه – کارشناس پرستاری

تابستان ۱۴۰۲

مرکز آموزشی درمانی و تحقیقاتی قلب و عروق

شهید مدنی تبریز

<http://madanihosp.tbzmed.ac.ir>

* بخور باعث رقیق شدن ترشحات شده و از انسداد راه هوایی پیشگیری می کند.

* رطوبت بسیار کم یا بسیار زیاد می تواند مشکل ساز شود. رطوبت کم باعث خشکی پوست، تحریک بینی و گلو می شود.

* رطوبت زیاد نیز باعث گرفتگی هوای خانه خواهد شد. در حالت مطلوب، رطوبت داخل خانه باید بین ۳۰ تا ۵۰ درصد باشد و دمای مناسب آن لازم است بین ۱۴ تا ۲۰ درجه باشد.

* هر دستگاه بخور می تواند فضایی به وسعت ده متر را مرطوب کند.

* امکان افزودن مواد ضد عفونی کننده گیاهی مثل اوکالیپتوس به بسیاری از آن ها وجود دارد.

((بخور گرم برای کسانی بیشتر مورد استفاده است که دچار التهاب راه تنفسی فوقانی نیستند))

موارد استفاده

نوزادان، خردسالان، سالمندان و افراد تراکتوستومی

انواع دستگاه های بخور

معمولا دستگاه های بخور به دو نوع سرد و گرم تقسیم می شوند.

بخور گرم

* از دستگاه های بخور سرد معمولا در هوای سرد استفاد می شود.

* اگر تنها برای مرطوب شدن هوا از بخور استفاده میکنیم بهتر است گرم باشد، چون در تسکین گرفتگی بینی و عفونت های مجاری تنفسی و همچنین کاهش شدت و درد سرفه های خشک مفید است.

* در بخور گرم امکان سوختگی برای خردسالان و کودکان وجود دارد بنابراین از دسترس آن ها دور نگه دارید.

* توصیه می شود در اتاق کودکان و خردسالان از بخور گرم استفاده شود. در عین حال استفاده از این دستگاه ها نباید دائمی باشد، زیرا مثلا دیده شده که رطوبت بالا حملات آسم و آلرژی را تشدید می کند.



معمولا به مبتلایان بیماری های آسم، آلرژی و سینوزیت، استفاده از دستگاه های بخور سرد توصیه می شود چون بخور سرد در فصول سرد سال برای افراد مطلوب نیست، بهتر است نوع ملایم آن به کار رود.

بخور سرد

* بیمارانی که التهاب حاد مجاری تنفسی فوقانی دارند، مثل وقتی که کودکی دچار بیماری کroup (خروسک) است می توان از بخور سرد استفاده کرد تا بیماری تشدید نشود.



توصیه هنگام خرید دستگاه بخور

- * دستگاه بخور سرد را قبل از مرخص شدن، از داروخانه تهیه نمایید.
- * نحوه شستشو و ضد عفونی کردن دستگاه را از آن سوال کنید.
- * در صورتی که دستگاه فیلتر دارد، هر چند وقت یکبار آن را عوض کنید.



منبع

حسین کاظمی - آسیه شکیب ، بیماریهای ریه و مراقبت های ویژه (اصول طب داخلی هاریسون) - ۱۴۰۲ - انتشارات اندیشه رفیع



سه قطعه قالب یخ کوچک را داخل یک لیوان قرار دهید و به آن آب اضافه کنید. بعد از سه دقیقه اگر رطوبت روی سطح خارجی لیوان شکل نگرفت، یعنی هوای داخل خانه خیلی خشک است و باید مرطوب شود.

اهمیت استفاده از بخور در بیمارانی که تراکئوستومی دارند

- * باعث رقیق شدن ترشحات شده و از انسداد راه هوایی پیشگیری می کند.
- * حفظ رطوبت در راه هوایی باعث می شود ترشحات آبکی بماند.



در بخورهای سرد: آب سرد محل مناسبی برای تکثیر قارچها و باکتریهاست و از آنجا که قطرات آب در هوا پراکنده می شوند این مواد زیان آور هم به همراه آب در فضای اتاق منتشر می شوند .

- * مخزن بخور سرد باید هر روز با آب و مواد پاک کننده شسته شود برای جلوگیری از رشد قارچ ، باکتری و میکروب حتماً روزی یکبار ، آب مخزن را عوض کنید.
- * حداقل هفته ای دوبار ، کل دستگاه را با آب و مواد ضد عفونی کننده بشوئید. از طرف دیگر ، از آنجائی که در بخور سرد مواد معدنی موجود در آب ، در هوا پراکنده می شوند بهتر است مخزن آن را با آب جوشیده پر کنید .
- * اگر کودک ، سالمند ، بیمار مبتلا به آسم و آلرژی ، بیمارهای تنفسی و قلبی دارید. حتما پیش از خرید دستگاه بخور با پزشک مشورت کنید.

چه زمانی مرطوب سازی راه هوایی مورد نیاز است؟

- * در همه افرادی که تازه تراکئوستومی شده اند.
- * افزایش غلظت ترشحات، افزایش تعداد تنفس و نحوه نفس کشیدن به شما نشان می هد که در طول روز نیاز به استفاده از دستگاه بخور سرد دارند.
- * دستگاه بخور برای این بیماران باید کاملاً فردی بوده طوری که مواد آلوده تنفسی در محیط پخش نشود. بیمار باید از فاصله نزدیک و تقریباً ۳۰ سانتی متری بخار را استنشاق کند و مجاری هوایی خود را مرطوب کند تا دفع خلط به راحتی صورت گیرد.