Posisi Postural Drainage

1



Kedua Lobus Atas - Segmen Apikal

2



Lobus Atas Kiri - Segmen Anterior

3



Lobus Atas Kanan - Segmen Posterior (dipandang dari depan)

4



Lobus Atas Kiri - Segmen Posterior



Lobus Atas Kiri - Segmen Posterior (posisi lain)



Lobus Bawah Kiri - Segmen Lateral
dan
Lobus Bawah Kanan - Segmen Kardiak (medial)



Kedua Lobus Bawah - Segmen Posterior (Dengan beberapa bantal di bawah)



Teknik Batuk Efektif & Postural Drainage





RUMKIT TK III DR. REKSODIWIRYO PADANG



JL. DR. WAHIDIN NO.1, GANTING PARAK GADANG, KEC. PADANG TIMUR KOTA PADANG, SUMATERA BARAT

More Information? Follow us at:

WA : 085364238118

Instagram : rumkit.reksodiwiryo

Apa itu Batuk Efektif ?



Batuk efektif adalah latihan batuk untuk mengeluarkan dahak dimana klien dapat menghemat energi sehingga tidak mudah lelah dan dapat mengeluarkan dahak secara maksimal.

Tujuan dari Batuk Efektif adalah

- ☑ Membantu mengeluarkan dahak.
- ☑ Melatih otot-otot pernafasan agar dapat melakukan fungsi dengan baik.
- 3 Meningkatkan pengembangan dada.
- 4 Mencegah cfek samping dari penumpukan dahak di saluran pernafasan.

Teknik Batuk Efektif yang dapat dilakukan :

Teknik/cara melakukan batuk efektif adalah sebagai berikut :

1. Siapkan tisu atau wadah untuk dahak, dan bantal.
2. Minum air hangat terlebih dahulu (mempermudah pengelauran dahak).
3. Atur posisi senyaman mungkin.
4. Ideal dilakukan dengan posisi doduk tegak. Namun hisa pula dilakukan dengan posisi semi fowler tinggi dengan posisi bersandar dengan kepala lebih tinggi dan ⅓ duduk) serta Liput lutut untuk meragangkan otot perut.
5. Tempatkan 1 atau 2 tangan pada perut agar dada dopat mengembang sccara optimal.
6. Tarik mafis dari hidung, jagu malut untuk selatu tertutup. Hitung sampat 3 selama norik nafas. Rasakan naiknya perut pada tangan. Lakukun proces tarikan nafas sebanyak 3 kali.
7. Hembuskan odaru melalui bibir seporti meniup atau bersiul (purse lip breathing) kembuskan secara perlahan lahan.
8. Pada tarikan selanjutnya nafas ditahan selama 3 detik.
9. Angkat bahu dan dada dilonggarkan serta batukan.
10. Lakukan 2 kali butuk, lakukan sesuai kebutuhan.
11. Tampung dahak ke dalam wadah.
12. Cuci tangan setelah melakukan batuk efektif.

Postural Drainage

Postural drainase (PD) merupakan salah satu cara untuk melepaskan atau meluruhkan dahak dengan mengunankan pengaruh gravitasi. PD dapat dilakukan 2-3 kali per hart, tergantung seberapa banyak penumpukan sekret yang terjadi dalam 5-10 menit. Wakta yang terbaik untuk melakukan PIT yaitu sekitar 1 jam sebelum sarapan pagi, sebelum makan siang atau sore dan sekitar 1 jam sebelum hilur pada malam hari. Jangan dilakukan sesaat setalah makan karena dapat merangsang muntah.

Teknik Melakukan Postural Drainage

a. Cuci tangan
b. Posisikan klien. Ajarkan klien memposisikan postar dan lengan dan posisi kaki yang tepat dan letakkan bantal untuk menyangga.
c. Minta klien mempertahankan posisi selama 10-15 menit.
d. Selama 10-15 menit drainage pada posisi ini, lakukan perkusi dada, dengan perakan tangan seperti mangkuk dan menepuk nepuk.
e. Minta klien istirahat sebentar bila perlu.
f. Lanjutkan dengan melakukan teknik batuk efektif.