

# PRŮVODCE PACIENTA: CYSTICKÁ FIBRÓZA

EDUKAČNÍ MATERIÁL PRO PACIENTY ◀.....



FAKULTNÍ NEMOCNICE®  
OLOMOUC

***Cystická fibróza je vrozené onemocnění žláz se zevní sekrecí. Porucha transportu iontů, jejímž důsledkem je zvýšená hustota hlenů.***

## ■ PROJEVY JSOU RŮZNORODÉ

Nejčastěji kašel a zhoršené dýchání při opakovaných zánětech průdušek s ucpáváním průdušek vazkými hleny. Někdy vznikne zápal plic nebo i pneumotorax. Bývá přítomna porucha trávení se sníženou funkcí slinivky břišní.

## ■ LÉČBA

Léčba je zaměřena na zvládnutí plicní infekce, inhalační a antibiotickou terapií. Nedílnou součástí léčby je dechová rehabilitace. Na trávicí potíže se podávají enzymy usnadňující zažívání, doplňují se potřebné vitamíny a minerály.

## ■ INHALACE

Inhalace léků uvolňujících sevření průdušek hraje důležitou roli. Rozšířené průdušky snadněji uvolní hlen, který je ucpává a tím dojde ke zlepšení dechu. Pravidelnými inhalacemi 3-4x denně se udržuje průchodnost a funkčnost dýchacích cest. Inhalují se mukolytika = léky ředící hlen a další speciální léky u chronické infekce pseudomonádou (plicní bakterie). Inhalují se také antibiotika a kortikoidy, to jsou protizánětlivé léky.

## ■ DECHOVÁ REHABILITACE

### KONTAKTNÍ DÝCHÁNÍ:

při vědomě prohloubeném bráničním dýchání se položí ruka na břišní stěnu. Při výdechu ruka mírně tlačí na břicho, při nádechu se ruka uvolní a břicho se snaží proti ní vyklenout. Nácvik vykašlávání: po nádechu ve snaze o odkašlání asistent klade odpor na dolní žebra pacienta.

### DYNAMICKÁ DECHOVÁ GYMNASTIKA:

při nádechu horní končetiny pacient zvedá a při výdechu tyto připažuje.

### ÚSTNÍ BRZDA:

pomalů se pacient nadechuje postupně do břicha, hrudníku až pod klíčky a na konci vdechu zadrží na 2 vteřiny dech a pak dlouze pootevřenými ústy vydechne.

### DÝCHÁNÍ S RESPIRAČNÍMI POMŮCKAMI:

flutter, acapella.

## ■ RELAXACE

Každý člověk si potřebuje psychicky i fyzicky odpočnout. Udržovat si radost ze života, vhodné koníčky, záliby, sport, kontakt s kamarády. Je důležité stále znovuobjevovat sílu jít dál, zachovat duševní rovnováhu.

## ■ POMOC RODINY

Nedílnou součástí je také stálá pomoc a podpora rodiny jako celku. Pacient podporu rodiny očekává a vítá ji. Konzultace s klinickým psychologem, který již problematiku rodiny zná, může být přínosná v řešení každodenních situacích.

## ■ VÝŽIVA

Před jídlem užívá pacient trávicí enzymy v kapslích. Nemocný potřebuje vysokokalorickou stravu. Klade se důraz na vydatné snídaně, svačiny a druhé večeře. Dále by měl pacient zvýšeně solit, zvýšený příjem vitamínů a minerálů během celého dne. Je snaha zvyšovat nebo alespoň zachovat si svou váhu.

## ■ PREVENCE PÁDU PACIENTA

Noste pevnou, neklouzavou obuv. Neváhejte a v případě nejistoty při chůzi zvoňte na sestru. Rádi vás doprovodíme na toaletu, či k umyvadlu. Pád komplikuje vaši léčbu.

## ■ TEKUTINY

Vypitím 2-3litrů vlažných tekutin si podporujete odkáslávání hlenu i pravidelnou stolicí. Během dne střídejte tekutiny (čaje, vodu, nízkominerální minerálky, 30% ovocné džusy, zeleninové šťávy).

## ■ KONTAKT SE SPOLEČNOSTÍ?

Z důvodu rizika přenosu infekce se nedoporučuje udržovat osobní kontakt se stejně nemocnými lidmi a pohybovat ve větší společnosti lidí.

## ■ HYGIENA

Dbejte na zvýšenou osobní hygienu, hlavně rukou.

## ■ DEZINFEKCE

V domácím prostředí pravidelně dezinfikujte svůj inhalátor, umyvadlo, dřez a v neposlední řadě záchodovou mísu, vanu, sprchu. V nemocnici speciální režim.

## ■ PROPUŠTĚNÍ Z NEMOCNICE

Pacient je při propuštění seznámen s výsledkem vyšetření a s dalším postupem léčby. Dostáváte propouštěcí lékařskou zprávu pro praktického lékaře.

### **DOPORUČENÉ ZDROJE INFORMACÍ:**

Kolek V., Kašák V, Vašáková M. a kol.: Pneumologie. Maxdorf  
Jessenius, Praha 2011, 552s. ISBN 978-80-7345-255-1  
[www.prvníkrok.cz](http://www.prvníkrok.cz)

#### ZPRACOVALA:

Mgr. Magda Lépová

#### ODBORNÝ KONZULTANT:

MUDr. Petr Jakubec

#### ODBORNÝ GARANT:

MUDr. Petr Jakubec, Ph.D.

#### ILUSTRACE:

public.fnol.cz, www.obrazky.cz

#### KONTAKT:

**Fakultní nemocnice Olomouc**

**Klinika plicních nemocí a tuberkulózy**

Zdravotníků 248/7, 779 00 Olomouc

tel.: +420 588 411 111

e-mail: info@fnol.cz

**www.fnol.cz**

#### **Ambulance (PLIC)**

Po-Pá 7:00 – 15:30 hod.

tel.: +420 588 443 561

#### **Edukační sestra**

Monika Raková

tel.: +420 588 44 3561, 5325

Po ordinační době ambulance v případě potíží

**ODD. URGENTNÍHO PŘÍJMU:**

tel.: +420 **588 442 653**