

Inhalace pro děti i dospělé

Kloktání minerální vodou, prolévání horních cest dýchacích a samotná inhalace... tak lze ve zkratce charakterizovat stěžejní proceduru Lázní Luhačovice, a.s. v léčbě ale i prevenci nejrůznějších dýchacích onemocnění u dětí i dospělých!

Účinky inhalací

Aplikace minerálních vod formou aerosolových inhalací patří mezi nejdůležitější procedury při lázeňské léčbě chronických onemocnění horních a dolních dýchacích cest u dospělých i dětí. V Lázních Luhačovice, a.s. k inhalacím využíváme alkalické, hydrouhličitanochloridosodné jodové, silně mineralizované a oxidem uhličitým vysoce prosycené minerální vody. U malých pacientů s častými nemocemi dýchacího ústrojí je důležité rozetnout kruh stále se opakujících infekcí. U dětí s chronickými nemocemi, jako je například průduškové astma, je zase stěžejní stabilizovat nemoc, snížit počet akutních vzplanutí nemoci během roku a omezit nutnost brát tzv. úlevové léky. Inhalace minerálních vod mají mukolytický účinek – rozpouští hleny – a snižují dráždivost sliznic horních cest dýchacích. Zvyšují také sekreci a usnadňují expektoraci neboli vykašlávání se zlepšením funkce řasinkového epitelu a ovlivňují lokální metabolismus sliznic dýchacích cest.



Velikost částic i vhodná teplota

Částice inhalovaného aerosolu mohou mít velikost od 0,001 do 100 mikronů, avšak z terapeutického hlediska je nejvhodnější spektrum v rozmezí 0,5 až 10 mikronů. K výrobě mlžiny v luhačovických lázních používáme přístroje na stlačený vzduch buď vlastním kompresorem, nebo jsou inhalátory připojeny k centrálnímu rozvodu stlačeného vzduchu. Chceme-li mít mlhu hustší, velmi jemně rozptýlenou, používáme přístroje ultrazvukové. Účinek inhalací na horní cesty dýchací se liší i při různých teplotách. U dětských pacientů využíváme standardně minerální vodu o teplotě 37 °C, která podstatně nemění slizniční funkci a má na ni mírně sedativní vliv.

Jak inhalace probíhají



Celý inhalační proces v rámci jednoho dne začíná kloktáním a proléváním horních cest dýchacích minerální vodou, tedy očištěním sliznic, které trvá přibližně pět minut. V indikovaných případech následuje inhalace bronchodilatačního medikamentu nebo se přistupuje k inhalaci minerální vody zvláště nosem a ústy, nejčastěji po pěti až deseti minutách každým způsobem. Poté zpravidla následuje 15 minut inhalace prostorové a na závěr inhalace olejová (medikamentozní). Inhalační postup a pořadí jednotlivých inhalačních úkonů stanoví lékař. Obecně platí, že inhalovat by se nemělo 20 až 30 minut před a po jídle a při akutním onemocnění. V dětských léčebnách Miramonti a Vítkov k inhalacím využíváme pramen Nová Janovka.

TIP č. 1: Konvičkování Vincentkou doma

Pravidelné prolévání nosu například Vincentkou, označované jako konvičkování, působí preventivně tím, že pomáhá otužovat nosní sliznici, která je tak odolnější vůči infekcím. Pomáhá ale také třeba při obtížích s ucpaným nosem následkem rýmy, ať už senné, chronické nebo v rámci nachlazení, či při zánětu dutin. Výhodou je, že

Vincentka je běžně dostupná v lékárnách a standardních obchodech, protože má jako jediný pramen povolení k lahvování.

TIP č. 2: Podpora plic správným držením těla

Plíce astmatiků, alergiků a lidí s dalšími pneumologickými obtížemi, a to včetně dětí, posiluje v lázních kromě inhalací také pravidelná dechová rehabilitace, která ovšem může dobře posloužit i zdravým jedincům a v domácím prostředí. Jejím nezbytným základem je správné držení těla a nácvik dýchání. Tato cvičení začínají lokalizovaným dýcháním – nejprve břišním, pak dolním hrudním a horním hrudním dýcháním s maximálními nádechy, čímž se žádoucím způsobem rozvíjí hrudní koš. Po té následuje pasivní výdech, přičemž se vše provádí se zavřenými ústy, a to vleže nebo vzpřímeném sedu. Toto cvičení zlepšuje kromě plicních funkcí například také vykašlávání.

Do lázní od nejmenších

Dětská dýchací onemocnění by rozhodně neměla být opomíjena, protože mohou vést k dalším zdravotním komplikacím v dospělosti. Proto v Lázních Luhačovice, a.s. poskytujeme komplexní péči pro dětské pacienty už od jednoho a půl roku až do 18 let, přičemž u dětí do věku šesti let je zpravidla lázeňská péče plně hrazená pojišťovnou včetně doprovodu. Tyto děti se výborně adaptují na nové prostředí a dobře spolupracují s lékaři, se sestrami i fyzioterapeuty. Rodiče doprovázející své malé děti se zúčastňují procedur, a to nejen inhalací, ale i rehabilitací a koupelí, a osvojené techniky a znalosti tak mají možnost uplatnit i doma po skončení pobytu. Se staršími dětmi mohou rodiče samozřejmě přijet jako samoplátci.



MUDr. Jana Rydlová
primářka dětských léčebe
Lázně Luhačovice, a.s.