


PATIENTINFORMATION

PEP-fløjte

CPH Privathospital A/S
Rådhusstorvet 4, 3520 Farum | +45 7021 8000
www.cph-privathospital.dk
Mail: info@cph-privathospital.dk





På CPH Privathospital sætter vi patienten i centrum.
Vores mål er at tilbyde den absolut bedste
behandling med hurtig udredning og et trygt
efterforløb- alt sammen i indbydende og
behagelige omgivelser.

PEP-fløjte

Positive Expiratory Pressure (PEP) betyder positiv udåndingsmodstand.

Formål med PEP-fløjte

Formålet med at bruge en PEP-fløjte er at skabe et øget tryk i lungerne under behandlingen. Luftstrømmen løsner slimen i lungerne, som derved lettere kan hostes/stødes op.

Ved brug af PEP-fløjte åbnes luftvejene og der opleves generelt bedre vejrtrækning. Lungerne holdes også fri for slim, hvilket forebygger lungebetændelse og forværring af kroniske lungesygdomme.

Forberedelse

Denne vejledning vil guide dig igennem anvendelsen af fløjten.

PEP-fløjten

En PEP-fløjte består af et mundstykke, en ensrettet ventil samt et lille modstandsrør sat på ventilens udåndingsside. Størrelsen (farven) på modstandsrøret

bestemmes af sygeplejersken eller lægen, som også instruerer dig i hvordan denne bruges.

PEP-fløjten bruges ca.10 min efter du har taget din inhalationsmedicin eller når du kan mærke, at der sidder slim. Den kan også bruges til at falde til ro, når du er forpustet.

Hvordan anvendes PEP-fløjten?

- Du skal have tæt kontakt med løberne omkring mundstykket under brugen af fløjten, så vejret trækkes både ind og ud gennem fløjten.
- Udåndingen skal være aktiv. Du skal ikke puste kraftigt eller for langt ud. Indåndingen skal foregå dybt og roligt med maven.
- Find en rytme i din vejrtrækning, hvor du kan slappe mest muligt af.
- Foretag 10-12 vejrtrækninger gennem mundstykket i træk.
- Tag derefter en dyb indånding og host/stød kraftigt et par gange. På denne måde løsnes slimen og kan spyttes ud eller synkes.
- Du skal i alt gentage ovenstående øvelse 2-3 gange om dagen.

Rengøring af PEP-fløjten

Du skal skille systemet i 3 dele og rengøre den en gang dagligt i varmt vand og opvaskemiddel. Skyld det grundigt med vand og tør den af.

Yderligere informationer

Ønsker du yderligere information er du altid meget velkommen til at kontakte os.

CPH Privathospital A/S

Rådhusstorvet 4 3520 Farum

 +45 7021 8000

 www.cph-privathospital.dk

 info@cph-privathospital.dk

Åbningstider

Telefon mandag til fredag fra
kl. 8.00-16.00 på tlf. 7021 8000

Uden for normal åbningstid kan sygeplejerske
kontaktes på: 44 500 339

I akutte tilfælde udenfor CPH Privathospitals
åbningstid, henvises til 1813