

Triflo

Voor wie is de triflo?

Patiënten met een indicatie voor longfysiotherapie, waarbij de inspiratie (inademing) bevorderd moet worden, bijvoorbeeld:



- Preoperatief bij verhoogd risico
- Postoperatief
- Thoraxtrauma (bijv. gebroken ribben)
- Lange immobilisatie, bedrust
- Pijn of angst om diep in te ademen

Uitvoering

- Houd de triflo vast, adem normaal uit en zet de lippen daarna strak om het mondstuk.
- Voor een lage 'flowsnelheid': inhaleer dusdanig dat alleen de bal in de eerste kamer omhoog komt, maar de bal in de tweede kamer blijft liggen. Houd de bal 3 seconden in deze positie.
- Voor een hoge 'flowsnelheid': inhaleer dusdanig dat 2 balletjes omhoog komen, maar de bal in de derde kamer blijft liggen. Houd de balletjes 3 seconden in deze positie.
- Uitademen: verwijder het mondstuk en adem normaal uit.

Indien het te zwaar is om 1 bal omhoog te krijgen, kantel de triflo naar voren. Een serie bestaat uit 3-5 inademingen. Ieder uur oefenen.

Nazorg

U kan de triflo houden en mee naar huis nemen indien u dit wilt.

Meer informatie?

Voor meer informatie of het maken van een afspraak kunt u contact opnemen via de website www.fysioziekenhuisdenhelder.nl of via telnr. 0223-696418.