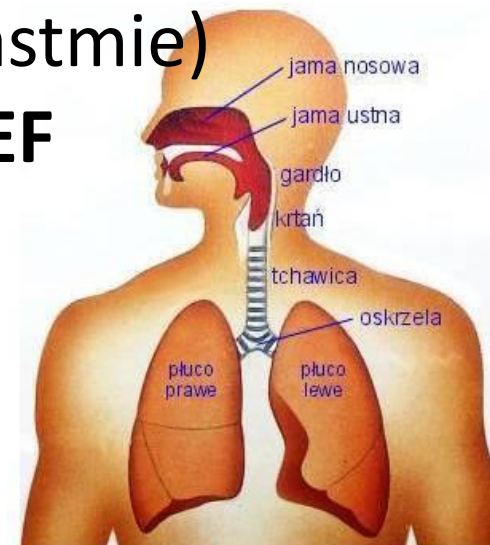


Najczęstsze błędy popełniane
podczas samodzielnego pomiaru
szczytowego przepływu
wydechowego (PEF) przez
pacjentów

Jakub DOROŻYŃSKI

Co to jest PEF?

- **PEF**, czyli szczytowy przepływ wydechowy, określa **maksymalną prędkość przepływu powietrza podczas wydechu** w litrach na minutę
- Służy obiektywnemu **monitorowaniu czynności płuc**
- W przypadku skurczu oskrzeli (np. w astmie) dochodzi do **zmniejszenia wartości PEF**
- Do pomiaru PEF używa się **peakflowmetrów (pikflometrów)**



PEF - c.d.

- Szczytowy przepływ wydechowy wykazuje **zmienność dobową** – najniższy jest rano, najwyższy natomiast wieczorem
- Dopuszczalna jest **dobowa zmienność wartości PEF w granicy 20%**
- Domowe pomiary PEF w tani i prosty sposób określają **konieczność intensyfikacji leczenia astmy**

Normy PEF

- Kto prawdopodobnie ma większy współczynnik PEF?



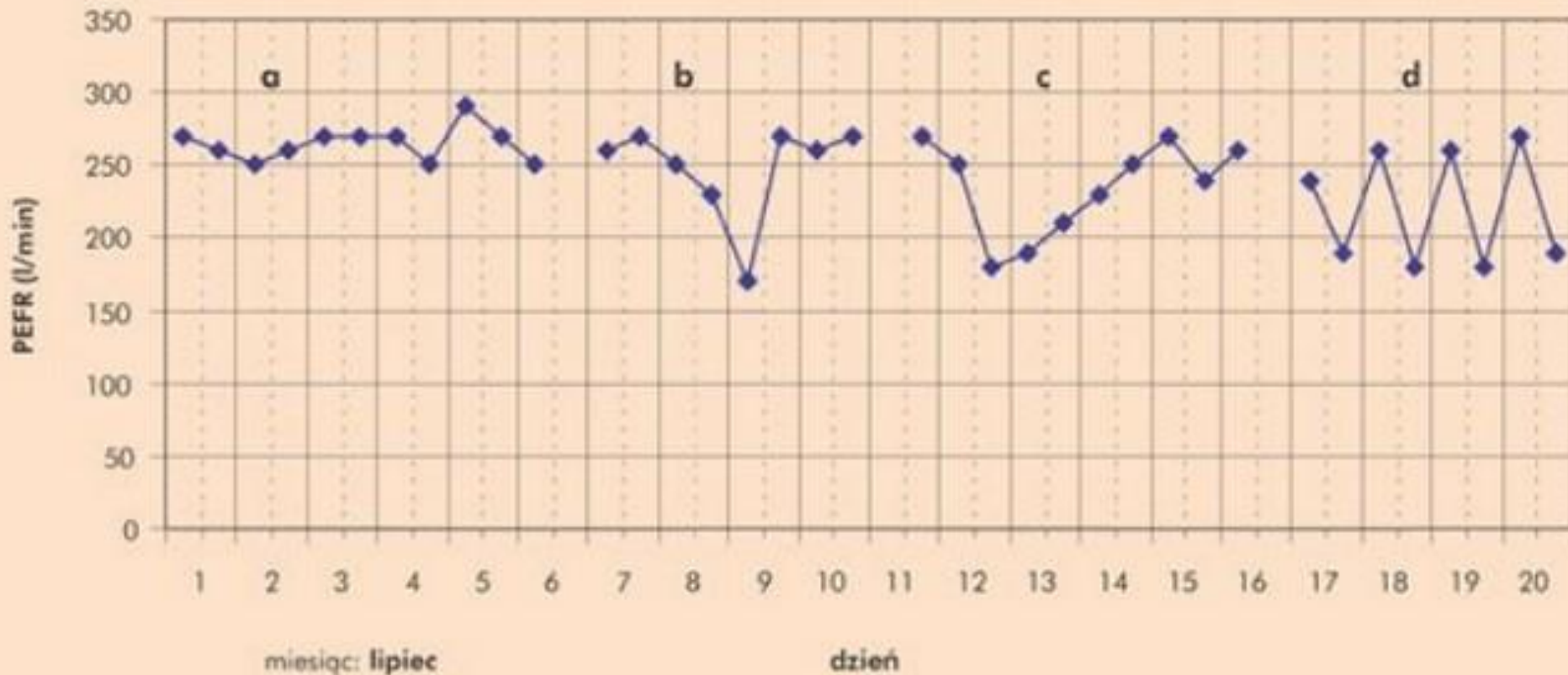
Przykładowa karta monitorowania PEF

Karta monitorowania PEFR

Nazwisko i imię: NN

wartość nalezna PEFR: 270 l/min

270 l/min



Rodzaje i budowa pikflometrów

- Każdy pikflometr składa się z rury o różnym kształcie oraz skali, po której przesuwa się wskaźnik
- Siła powietrza wdmuchiwanego przez ustnik przesuwa wskazówkę wzdłuż skali – **im silniej się dmuchnie, tym pokaże większą wartość**
- Dostępne są również pikflometry elektroniczne



Jak używać pikflometru?

- Pomiarów dokonuje się w pozycji stojącej, trzymając urządzenie poziomo
- Wskaźnik należy przesunąć na pozycję „zero”
- Trzymając urządzenie w ręce, należy zrobić jak najgłębszy wdech
- Włożyć ustnik do ust, obejmując go szczelnie wargami; należy unikać blokowania ustnika językiem
- Dmuchać w urządzenie z całej siły, jak najszybciej i jak najkrócej
- Odczytać i zapisać wynik
- Powtórzyć pomiar 3 razy, zanotować najwyższy uzyskany wynik

Najczęstsze błędy popełniane w czasie pomiaru

- Pomiar w pozycji siedzącej, leżącej - ↓ PEF
- Niezbyt natężony wydech - ↓ PEF
- Nieszczelne objęcie ustnika - ↓ PEF
- Nieprawidłowa technika wdmuchiwanie powietrza - ↑/↓ PEF
- Korzystanie z pikflometru po terminie „używalności”, który z reguły wynosi 3 lata - ↑/↓ PEF
- Odkrztuszanie wydzieliny do pikflometru - ↑ PEF
- Nie przesunięcie skali na „0” przed kolejnym pomiarem - ↑ PEF