



ΚΕΦΑΛΑΙΟ *12*

ΜΑΛΑΞΗ ΤΗΣ ΠΡΟΣΘΙΟΠΛΑΓΙΑΣ
ΘΩΡΑΚΙΚΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ

Αντικειμενικοί σκοποί

Μετά από τη μελέτη αυτής της ενότητας οι μαθητές θα είναι ικανοί:

- ✓ Να γνωρίζουν και να εκτελούν τους χειρισμούς στην προσθιο-πλάγια θωρακική περιοχή.
- ✓ Να γνωρίζουν τις θέσεις του ασθενή, ανάλογα με τους μυς που μαλάσουν, ή το τμήμα των πνευμόνων που θέλουν να βοηθήσουν.
- ✓ Να γνωρίζουν τη θέση του θεραπευτή για τον κάθε χειρισμό.
- ✓ Να γνωρίζουν τα σημεία προσοχής κατά την εφαρμογή των χειρισμών.

12.1 Γενικά

Η προσθιο-πλάγια θωρακική περιοχή, είναι η περιοχή που οριοθετείται από τις πλευρές, το στήρνο, τις κλειδές, και την γληνοβραχιόνια άρθρωση. Αποτελεί μια ευαίσθητη περιοχή εξαιτίας των οργάνων που βρίσκονται μέσα σ' αυτή (καρδιά - πνεύμονες). Πρέπει λοιπόν οι μαθητές να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί κατά την εφαρμογή των χειρισμών στην προσθιο-πλάγια θωρακική περιοχή. Σ' αυτό το κεφάλαιο θα παρουσιαστούν δύο χειρισμοί τους οποίους μπορούν να εφαρμόσουν σε διάφορες θέσεις με σκοπό να βοηθήσουν τον ασθενή να μετακινηθεί και να αποβάλει κάποιες εκκρίσεις από τους πνεύμονές του, βελτιώνοντας έτσι την αναπνοή του.

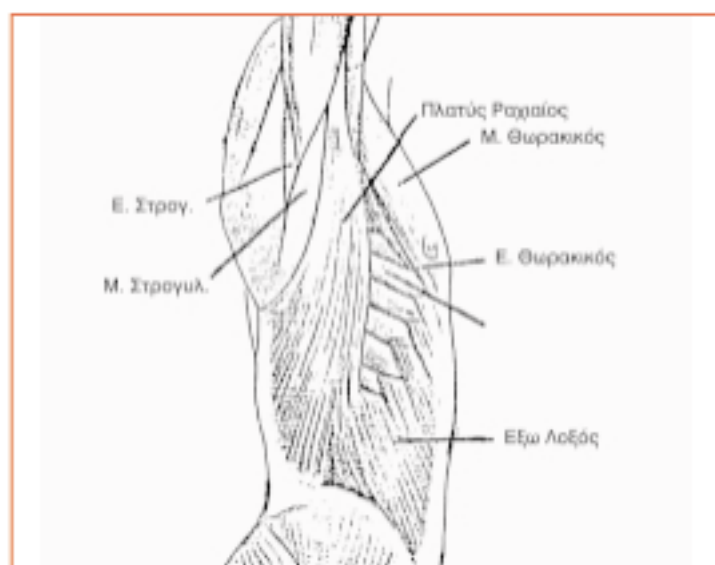
Σ' αυτό το σημείο είναι αναγκαίο να θυμηθούν οι μαθητές τους βασικούς αναπνευστικούς μυς που χωρίζονται σε εισπνευστικούς και εκπνευστικούς.

Μύες εισπνοής

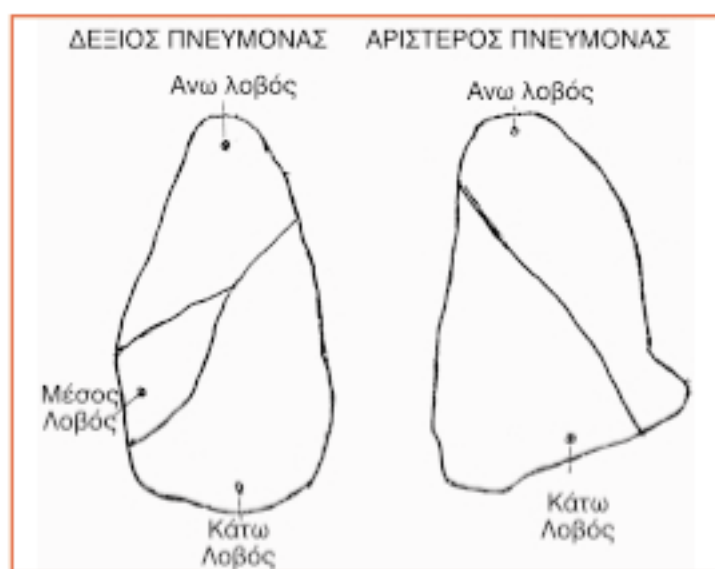
Έξω μεσοπλεύριοι
Διάφραγμα
Μείζων θωρακικός
Ελάσσων θωρακικός
Πρόσθιος οδοντωτός
Οπίσθιος άνω οδοντωτός
Τραπεζοειδής
Ρομβοειδής

Μύες εκπνοής

Έσω μεσοπλεύριοι
Κοιλιακοί
Πλατύς ραχιαίος
Οπίσθιος κάτω οδοντωτός
(Σχήμα 12.1)



Σχήμα 12.1
Μύες αναπνοής



Σχήμα 12.2
Πνεύμονες

Επίσης είναι σκόπιμο να γίνει μια γρήγορη περιγραφή του χωρισμού των πνευμόνων, ώστε να θυμηθούν οι μαθητές πριν την εφαρμογή των χειρισμών. Ο αριστερός πνεύμονας χωρίζεται σε δύο λοβούς, τον άνω και τον κάτω και ο δεξιός πνεύμονας χωρίζεται σε τρεις λοβούς τον άνω, τον μέσο και τον κάτω (σχήμα 12.2).

Μπορούν να ξεκινήσουν από τους χειρισμούς που εκτελούνται στην πρόσθια επιφάνεια της θωρακικής περιοχής.

12.2**Θωπιές στην Πρόσθια Επιφάνεια
της Θωρακικής Περιοχής**

Ο ασθενής βρίσκεται σε ύπτια θέση μ' ένα μικρό μαξιλάρι κάτω από το κεφάλι του. Ένα σεντόνι σκεπάζει την περιοχή κάτω από το ύψος της ξιφοειδούς απόφυσης του στέρνου. Στις γυναίκες σκεπάζουν λίγο πιο ψηλά ακριβώς πάνω από τις θηλές, έτσι ώστε το σεντόνι να σταθεροποιείται σφιχτά γύρω από το θώρακα περικλύοντας μέσα σ' αυτό και τα χέρια του ασθενή.

Ο **θεραπευτής** βρίσκεται στα πλάγια του κρεβατιού δεξιά ή αριστερά ανάλογα.

Τα χέρια εναλλασσόμενα θωπεύουν από τους ώμους προς το στήρνο. Το δεξί χέρι ξεκινάει από το δεξιό ώμο και τελειώνει το χειρισμό στο στήρνο, το αριστερό ξεκινάει το χειρισμό από τον αριστερό ώμο του ασθενή, ώστε η όλη κίνηση των χεριών να μη διακόπτεται. Στη συνέχεια, το δεξί χέρι ξεκινάει πάλι όταν το αριστερό χέρι τελειώνει το χειρισμό στο στήρνο (εικ. 12.1). Όταν το δεξί βρίσκεται στο τέλος του χειρισμού, δηλαδή στο στήρνο, το αριστερό ξεκινάει από τον αριστερό ώμο και αντίθετα. Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δίνεται, ώστε τα δάκτυλα και οι παλάμες των άκρων χεριών να βρίσκονται σε πλήρη επαφή με το δέρμα, καθώς επίσης και στο ότι η πίεση παραμένει ίδια σε όλο το χειρισμό.

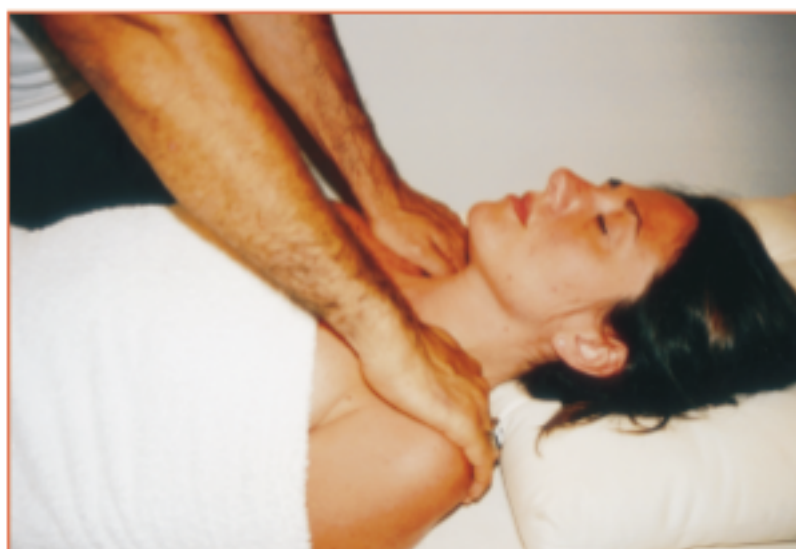


Εικόνα 12.1

12.3 Ανατρίψεις στην Πρόσθια Επιφάνεια του Θώρακα και του Ωμο

Η θέση του ασθενούς παραμένει η ίδια.

Ο θεραπευτής επίσης από την ίδια θέση που είχε στον προηγούμενο χειρισμό εφαρμόζει τις ανατρίψεις και με τα δύο χέρια. Οι αντίχειρες βρίσκονται σε προσαγωγή, ενώ τα χέρια τοποθετούνται με τις άκρες των δακτύλων στο χαμηλότερο σημείο του στέρνου κοντά στην ξιφοειδή απόφυση. Τα χέρια ξεκινούν ν' ανατρίβουν ταυτόχρονα με το δεξί χέρι να κινείται προς τα πάνω και δεξιά, γύρω από τη δεξιά άρθρωση του ώμου. Το αριστερό χέρι κινείται προς τα πάνω και αριστερά, γύρω από την αριστερή άρθρωση του ώμου (εικ. 12.2, 12.3).

*Εικόνα 12.2**Εικόνα 12.3*

Τα χέρια επιστρέφουν στο αρχικό σημείο, δηλαδή στο κάτω μέρος του στήρνου με μία θωπεία που ασκούν και τα δυο χέρια μαζί. Εδώ πρέπει να επισημάνουμε στους μαθητές και τις μαθήτριες ότι καθώς τα χέ-

ρια ανεβαίνουν προς τα πάνω στην πρώτη φάση του χειρισμού, δεν ασκούν καμία πίεση στη βάση του λαιμού αλλά περνούν δίπλα από το όριο της κλείδας ακολουθώντας την πορεία του οστού έως την άρθρωση του ώμου.

12.4 *Ζυμώματα με Δάκτυλα στο Μείζονα Θωρακικό Μν*

Οι θέσεις **θεραπευτή** και ασθενή παραμένουν οι ίδιες.

Ο **θεραπευτής** τοποθετεί τις άκρες των δακτύλων του δεξιού ή αριστερού χεριού ανάλογα, στο στέρνο πάνω από την άνω μοίρα του αριστερού μείζονα θωρακικού. Το αριστερό χέρι τοποθετείται πάνω από το δεξί δίνοντάς του σταθεροποίηση. Τα ζυμώματα γίνονται με τις άκρες των δακτύλων σε μικρούς κύκλους προς τη φορά του ρολογιού. Εφαρμόζουν μικρή πίεση στις κινήσεις που γίνονται προς τα επάνω και προς τα έξω του κύκλου ενώ σταθερή και πιο έντονη πίεση εφαρμόζουν στα τμήματα της κίνησης που πηγαίνουν προς τα κάτω και προς τα μέσα (εικ. 12.4).



Εικόνα 12.4

Τα ζυμώματα γίνονται τέσσερις φορές, δηλαδή γίνονται τέσσερις κύκλοι με τον τελευταίο να φτάνει στην περιοχή κοντά στην άρθρωση του

ώμου. Εκεί, καθώς οι άκρες των δακτύλων φτάνουν στον ώμο, οι παλάμες ασκούν ανάτριψη γύρω από την άρθρωση του ώμου (εικ. 12.5). Με τα χέρια στην ίδια θέση ο χειρισμός γίνεται στη δεξιά πλευρά του θώρακα του ασθενή πάνω δηλαδή στο δεξιό μείζονα θωρακικό (εικ. 12.6).



Εικόνα 12.5



Εικόνα 12.6

12.5 *Ζυμώματα στην Πρόσθια Θωρακική Περιοχή*

Αυτά γίνονται ως εξής:

Ο **ασθενής** βρίσκεται σε καθιστή θέση με χαλαρούς τους μυς του θώρακα. Τα χέρια του αναπαύονται πάνω στους μηρούς του, ενώ οι ώμοι του βρίσκονται σε κατάσπαση με τον αυχένα χαλαρό σε μέση θέση. Ο ασθενής κάθεται πάνω σ' ένα σκαμπό.

Ο **θεραπευτής** στέκεται ακριβώς πίσω από τον ασθενή, έτσι ώστε η πλάτη του να αναπαύεται πάνω στους μηρούς και το σώμα του. Ζητάει από τον ασθενή να πάρει μια καλή εισπνοή και στη συνέχεια να εκτελέσει μια εξίσου καλή εκπνοή κατά τη διάρκεια της οποίας ο **θεραπευτής** σπρώχνει ελαφρώς τους ώμους προς τα κάτω βοηθώντας τον ασθενή να χαλαρώσει. Κατά τη διάρκεια του χειρισμού ο ασθενής έχει κανονικό και ήπιο ρυθμό αναπνοής.

Ξεκινάει από το πάνω μέρος του στέρνου και από τη δεξιά πλευρά, προχωράει προς τα κάτω έως το τέλος της γαστέρας του μυός χρησιμοποιώντας τις άκρες των δακτύλων οι οποίες ασκούν κινήσεις ζυμώματος εναλλάξ και με ήπια ένταση. Η μάλαξη εφαρμόζεται στις στερνικές προσφύσεις του μείζονα θωρακικού κάτω από το χείλος της κλείδας και σε όλη την επιφάνεια του μείζονα θωρακικού. Ο χειρισμός ξεκινάει από τη στερνική πρόσφυση του μυός και απλώνεται σιγά-σιγά προς τα έξω, πάντα από πάνω προς τα κάτω (εικ. 12.7).



Εικόνα 12.7

Όταν τελειώνει ο χειρισμός, τα χέρια επιστρέφουν στο σημείο εκκίνησης με θωπεία που ασκούν οι αντίχειρες (παλαμιαία επιφάνεια).

12.6 Πλήξεις με Κοίλη Παλάμη (Βεντούζες) στην Πρόσθιοπλάγια Θωρακική Περιοχή

Σ' αυτήν την ενότητα θα περιγράψουμε το χειρισμό των παλαμιαίων πλήξεων ή όπως είναι κοινώς γνωστός ως "βεντούζες". Για την περιγραφή αυτή θα χρησιμοποιηθεί μια συγκεκριμένη θέση, αλλά στη συνέχεια θα παρουσιαστούν και ορισμένες άλλες στις οποίες μπορούν οι μαθητές να εφαρμόσουν τον ίδιο χειρισμό.

Στο σημείο αυτό είναι αναγκαίο να θυμηθούν οι μαθητές, ότι ανάλογα με το ποια περιοχή των πνευμόνων θέλουν να βοηθήσουν να απαλλαγεί από τις εκκρίσεις, δίνουν και την αντίστοιχη θέση. Έτσι λοιπόν τόσο ο χειρισμός όσο και οι εναλλαγές των θέσεων βοηθούν τον ασθενή να αναπνέει καλύτερα.

- Ο **ασθενής** βρίσκεται σε πρηνή θέση μ' ένα μαξιλάρι κάτω από την κοιλιά του. Τα χέρια του είναι σε απαγωγή με κάμψη στους αγκώνες, ώστε να αναπαύονται δίπλα στο κεφάλι του.
- Ο **θεραπευτής** στέκεται στα πλάγια του κρεβατιού που βρίσκεται δεξιά του ασθενή, προκειμένου να ασκήσει το χειρισμό στα πλάγια της αριστερής θωρακικής περιοχής του (εικ. 12.8, 12.9).

*Εικόνα 12.8**Εικόνα 12.9*

Η θέση αυτή βοηθάει στην αποβολή εκκρίσεων από τους κάτω λοβούς και των δύο πνευμόνων. Τα χέρια του θεραπευτή είναι παράλληλα με κάμψη στους αγκώνες. Τα δάχτυλα και των δυο χεριών βρίσκονται σε προσαγωγή και κάμψη 90° στην μετακαρπιοφαλαγγική άρθρωση ενώ ο

αντίχειρας βρίσκεται σε προσαγωγή, έτσι ώστε η παλαμιαία επιφάνεια της ονυχοφόρου φάλαγγας του να εφάπτεται με την πλάγια επιφάνεια της ονυχοφόρου φάλαγγας του δείκτη.

Ανάμεσα στο δείκτη και τον αντίχειρα πρέπει να υπάρχει ένα κενό που μας επιβεβαιώνει τη σωστή θέση των δακτύλων κατά την εφαρμογή του χειρισμού.

Πριν ξεκινήσουν το χειρισμό επισημαίνουμε στους μαθητές ότι οι πλῆξεις δεν γίνονται από μεγάλο ύψος, γιατί προκαλείται πόνος στον ασθενή με συνέπεια τη δημιουργία μυϊκών συσπάσεων διαταράσσοντας την ηρεμία του. Οι μαθητές ζητούν από τον "ασθενή" να πάρει μια εισπνοή και ν' αρχίσει να εκπνέει. Σ' αυτό το σημείο ξεκινούν ν' ασκήσουν πλῆξεις εναλλάξ με τα δυο χέρια από τις κατώτερες πλευρές του πλάγιου θωρακικού τοιχώματος προς τα πάνω. Παρατηρούμε ότι σε επαφή με το δέρμα δεν έρχεται όλη η παλάμη παρά μόνο τα χείλη των δακτύλων, το θέναρ και το οπισθέναρ τα οποία σχηματίζουν ένα "στεφάνι".

Εφαρμόζοντας τις βεντούζες από την περιφέρεια προς το κέντρο κατά τη διάρκεια της εκπνοής και αφού επαναλάβουν μερικές φορές το χειρισμό, ζητάνε από τον ασθενή να βήξει.

Για τη σωστή εφαρμογή του χειρισμού υπάρχουν δυο σημεία ελέγχου: **α)** Ο ήχος που βγαίνει κατά την κρούση της παλάμης πρέπει να είναι ο χαρακτηριστικός υπόκωφος ήχος που δημιουργείται από τον εγκλωβισμό του αέρα στην κοιλότητα της παλάμης και **β)** ο αέρας που βγαίνει κατά την κρούση από το κενό που σχηματίζεται ανάμεσα από τον αντίχειρα και τον δείκτη.

Κατά την εκτέλεση του χειρισμού δημιουργούνται κραδασμοί στην επιφάνεια του σώματος οι οποίοι μέσω των οστών μεταδίδονται εσωτερικά προς τους πνεύμονες. Οι εκκρίσεις που βρίσκονται μέσα σ' αυτούς σιγά-σιγά μεταφέρονται προς τα επάνω, με τελικό σκοπό να αποβληθούν με το βήχα.

Στη συνέχεια θα αναφέρουμε τις θέσεις του ασθενή στις οποίες μπορούν να εφαρμόσουν τον χειρισμό των παλαμιαίων κρούσεων, καθώς επίσης και το τμήμα των πνευμόνων που σχετίζεται με την κάθε θέση.

12.7

Πλῆξεις με Κοίλη Παλάμη σε Ημικαθιστή και Καθιστή Θέση (άνω λοβός)

Ο ασθενής βρίσκεται καθιστός πάνω στο κρεβάτι ακουμπώντας με την πλάτη πάνω σ' ένα μαξιλάρι, ώστε ο κορμός να σχηματίζει γωνία 45°

σε σχέση με το οριζόντιο επίπεδο. Ο **θεραπευτής** βρίσκεται στην πάνω πλευρά του κρεβατιού, στο κεφάλι του ασθενή και εφαρμόζει βεντούζες στην πρόσθια επιφάνεια του θώρακα, ακριβώς πάνω από την κλείδα μεταξύ λαιμού και ώμου (εικ. 12.10 και σχήμα 12.3).



Εικόνα 12.10



Σχήμα 12.3

Οι βεντούζες εφαρμόζονται, ενώ αρχίζει να εκπνέει τον αέρα που είχε εισπνεύσει μετά από εντολή. Αφού επαναλάβουν μερικές φορές το χειρισμό ζητάνε από τον ασθενή να βήξει.

Σε μια άλλη θέση ο **ασθενής** βρίσκεται καθιστός γέρνοντας εμπρός πάνω σ' ένα μαξιλάρι ή ότι άλλο τον βοηθάει να αισθάνεται άνετα με τέτοιο τρόπο, ώστε να σχηματίζει το σώμα του περίπου 60° γωνία με το οριζόντιο επίπεδο. Ο θεραπευτής στέκεται πίσω του και εφαρμόζει βεντούζες στην οπίσθια πλευρά πάνω ακριβώς από τις ωμοπλάτες (εικ. 12.11, σχήμα 12.4).



Εικόνα 12. 11



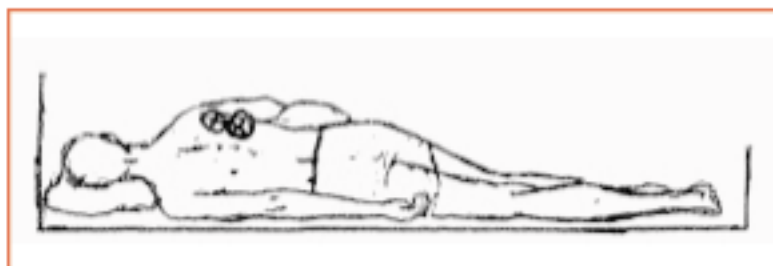
Σχήμα 12.4

12.8 Πλάξεις με Κοίλη Παλάμη σε Ημιπρήνη και Ημιύπια Θέση (Μέσος Λοβός)

Ο ασθενής τοποθετείται σε πλάγια κατάκλιση με το αριστερό ημιθώρακιο προς τα κάτω και στροφή του κορμού προς τα εμπρός (ημιπρηνής θέση). Κάτω από το θώρακα του ασθενούς τοποθετούν μαξιλάρι για να υπάρχει υποστήριξη. Ο δεξιός του μηρός φέρεται προς την κοιλιά με κάμψη στο γόνατο (εικ. 12.12 και σχήμα 12.5).



Εικόνα 12.12



Σχήμα 12.5

Ο **θεραπευτής** στέκεται στα πλάγια το κρεβατιού που βρίσκεται στη δεξιά πλευρά του ασθενή και εφαρμόζει βεντούζες στην περιοχή των κατώτερων πλευρών. Να θυμηθούν οι μαθητές, ότι ο χειρισμός εφαρμόζεται πάντα κατά την εκπνοή και μετά από επανάληψη 3-4 φορές ζητάνε από τον **ασθενή** να βήξει.

Η επόμενη θέση είναι παραλλαγή της προηγούμενης μόνο που ο ασθενής στρέφει τον κορμό τώρα προς τα πίσω (ημιύπτια). Το μαξιλάρι για την υποστήριξη τοποθετείται κάτω από την πλάτη.

Ο **θεραπευτής** εφαρμόζει βεντούζες πάνω και γύρω από τη θηλή (εικ. 12.13 και σχήμα 12.6).



Εικόνα 12.13



Σχήμα 12.6

12.9 Δονήσεις στην Πρόσθιο-πλάγια Περιοχή του Θώρακα

Σ' αυτήν την ενότητα θα περιγράψουμε το χειρισμό της δόνησης τον οποίο μπορούν να εφαρμόσουν για τον ίδιο σκοπό που εφαρμόζουν και τις βεντούζες.

Έχει επίσης τα χαρακτηριστικά καταπραϊντικού και μυοχαλαρωτικού χειρισμού πάνω στις μυϊκές μάζες. Είναι σχετικά δύσκολος χειρισμός στην εφαρμογή του και απαιτεί αρκετή πρακτική εφαρμογή. Μπορούν να συνδυάσουν τις βεντούζες με τις δονήσεις εφαρμόζοντας αυτές μετά από τις βεντούζες ή και σε εναλλαγή. Οι θέσεις που χρησιμοποιούνται για τις δονήσεις είναι οι ίδιες με αυτές του προηγούμενου κεφαλαίου.

Τοποθετούν τα χέρια τους πάνω στο σημείο που θέλουν να εφαρμόσουν δόνηση ως εξής:

Η παλάμη του ενός χεριού με τα δάχτυλα σε ελαφριά απαγωγή εφάπτεται με το δέρμα, ενώ το άλλο χέρι τοποθετείται πάνω στο πρώτο. Οι αγκώνες έχουν πολύ μικρή κάμψη. Ξεκινάνε εφαρμόζοντας μικρή πίεση στο σημείο επαφής με την παλαμιαία επιφάνεια της άκρας χείρας την οποία και διατηρούν όσο εφαρμόζουν το χειρισμό. Στη συνέχεια εφαρμόζουν στιγμιαίες ρυθμικές πιέσεις και χαλαρώσεις εναλλάξ (εικ. 12.14).



Εικόνα 12.14

Ο **θεραπευτής** κρατάει σφιχτούς όλους τους μυς του στον ώμο και το βραχίονα συσπώντας τόσο τους πρωταγωνιστές όσο και τους ανταγωνιστές, δίνοντας έτσι ένα "τρέμουλο" στο χέρι, το οποίο μεταφέρει μέσω των οστών και της παλάμης στο θωρακικό τοίχωμα του ασθενή.

ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ

Στην προσθιοπλάγια θωρακική περιοχή μπορούν να εφαρμοσθούν οι θωπείες και οι Ανατρίψεις στην πρόσθια επιφάνεια του θώρακα και τον ώμο με τα δύο χέρια. Συμώματα με δάκτυλα πάνω στο μείζονα θωρακικό μυ, οι πλήξεις με κοίλη παλάμη σε διάφορες θέσεις και τέλος οι δονήσεις στην πρόσθιο πλάγια περιοχή του θώρακα.

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ

Σκοπός των ασκήσεων είναι οι μαθητές:

1. Να εφαρμόσουν τους χειρισμούς της μάλαξης του κεφαλαίου που διδάχθηκαν.
2. Να κάνουν πρακτική εξάσκηση για την απόκτηση δεξιότητας και αυτοματισμών κατά την εκτέλεση των χειρισμών της μάλαξης.
3. Να εξοικειωθούν με την κατεύθυνση των κινήσεων και την εφαρμογή της πίεσης που πρέπει να εξασκήσουν, έτσι ώστε ν' αποφευχθεί η δημιουργία πόνου και μωλώπων.

1η Εργαστηριακή Άσκηση

ΘΩΠΕΙΕΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΘΙΑ ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ ΤΟΥ ΘΩΡΑΚΑ

ΘΕΣΗ ΑΣΘΕΝΗ: Ο "ασθενής" βρίσκεται σε ύπτια θέση μ' ένα μικρό μαξιλάρι κάτω από το κεφάλι του.

ΘΕΣΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗ: Ο θεραπευτής βρίσκεται στο δεξί πλάι του κρεβατιού δεξιά του ασθενή.

Εφαρμογή θωπειών*Εικόνα 12.15***ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ**

Οι μαθητές:

- ✓ Θα βάλουν τον "ασθενή" στην κατάλληλη θέση για την εφαρμογή του χειρισμού των θωπειών.
- ✓ Θα πάρουν τη σωστή θέση για την εκτέλεση του χειρισμού.
- ✓ Θα εφαρμόσουν το χειρισμό όπως περιγράφεται και διδάχθηκαν αυτό.
- ✓ Θα μάθουν να εξασκούν την πίεση ήπια όπως χρειάζεται για την εφαρμογή του χειρισμού.

2η Εργαστηριακή Άσκηση**ΑΝΑΤΡΙΨΕΙΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΘΙΑ ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ ΤΟΥ ΘΩΡΑΚΑ ΚΑΙ ΤΟΝ ΩΜΟ**

ΘΕΣΗ ΑΣΘΕΝΗ: Ο "ασθενής" έχει την ίδια θέση με την άσκηση 1.

ΘΕΣΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗ: Ο θεραπευτής βρίσκεται στα πλάγια του κρεβατιού δεξιά του ασθενή.

Εφαρμογή ανατρίψεων*Εικόνα 12.16**Εικόνα 12.17*

ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ

Οι μαθητές:

- ✓ Θα βάλουν τον 'ασθενή' στην κατάλληλη θέση για την εφαρμογή του χειρισμού των θωπειών.
- ✓ Θα πάρουν την σωστή θέση για την εκτέλεση του χειρισμού.
- ✓ Θα μάθουν να κατευθύνουν τα χέρια τους σωστά χωρίς να ασκούν πίεση στην βάση του λαιμού.

3η Εργαστηριακή Άσκηση**ΖΥΜΩΜΑΤΑ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΘΙΑ ΘΩΡΑΚΙΚΗ ΠΕΡΙΟΧΗ**

ΘΕΣΗ ΑΣΘΕΝΗ: Ο 'ασθενής' βρίσκεται σε καθιστή θέση με χαλαρούς τους μύες του θώρακα.

ΘΕΣΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗ: Ο θεραπευτής στέκεται πίσω από τον ασθενή, έτσι ώστε η πλάτη του ν' αναπαύεται στους μηρούς.

Εφαρμογή ζυμωμάτων

Εικόνα 12.18

ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ

Οι μαθητές:

- ✓ Θα βάλουν τον ασθενή στην κατάλληλη θέση για την εφαρμογή του χειρισμού των ζυμωμάτων.

- ✓ Θα πάρουν τη σωστή θέση για την εκτέλεση του χειρισμού.
- ✓ Θα μάθουν να μην προκαλούν πόνο όταν ανασηκώνουν την μυϊκή μάζα.
- ✓ Θα εφαρμόσουν τον χειρισμό όπως περιγράφεται και διδάχθηκαν στο κεφάλαιο αυτό.
- ✓ Θα μάθουν να κατευθύνουν τα χέρια τους σωστά.

4η Εργαστηριακή Άσκηση

ΒΕΝΤΟΥΖΕΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΘΙΟΠΛΑΓΙΑ ΘΩΡΑΚΙΚΗ ΠΕΡΙΟΧΗ

ΘΕΣΗ ΑΣΘΕΝΗ: Πρηνής θέση μ' ένα μαξιλάρι κάτω από την κοιλιά του. Τα χέρια του είναι σε απαγωγή με κάμψη στους αγκώνες.

ΘΕΣΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗ: Ο θεραπευτής στέκεται στα πλάγια του κρεβατιού αριστερά του ασθενή.

Εφαρμογή βεντουζών



Εικόνα 12.19

*Εικόνα 12.20***ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ**

Οι μαθητές:

- ✓ Θα τοποθετήσουν τον "ασθενή" στην κατάλληλη θέση για την εφαρμογή του χειρισμού των βεντουζών.
- ✓ Θα πάρουν την σωστή θέση για την εκτέλεση του χειρισμού.
- ✓ Θα μάθουν να ασκούν τις κρούσεις έτσι ώστε να μην προκαλούν πόνο.
- ✓ Θα εφαρμόσουν τον χειρισμό όπως περιγράφεται και διδάχθηκαν στο κεφάλαιο αυτό.
- ✓ Θα μάθουν να κατευθύνουν τα χέρια τους στη σωστή κατεύθυνση.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

1. Πώς χωρίζονται οι πνεύμονες;
2. Περιγράψτε τις ανατρίψεις στην πρόσθια επιφάνεια του θώρακα και τον ώμο;
3. Περιγράψτε τα ζυμώματα με τα δάκτυλα στο μείζονα θωρακικό μυ.
4. Περιγράψτε τις θέσεις του ασθενή όταν ασκούμε βεντούζες στην προσθιοπλάγια θωρακική περιοχή.
5. Ποιοι είναι οι μύες της αναπνοής;