

採痰指導の説明内容

コミュニケーションをはかる

1. 咳痰とは何か
2. なぜ、出さなければいけないのか
3. どうすれば出やすいのか
4. 感染予防対策など



痰はあなたの健康を守っています

関西感染予防ネットワーク

結核菌(抗酸菌)
検査に適した
痰の採り方

結核菌(抗酸菌)検査に適した痰の採り方

採取の手順

- 起床時に採取します。
- 被服は着邊しの良いところですべて下さい。
- はじめてトイレをしてから手洗いをして下さい。
- 深く息を吸って深い咳とともに痰を出します。
- 既定の容器の中に、できるだけ多くの痰を採取して下さい。(痰量以上が望ましい)
- 痰液部分のある「痰の頭」が離れたかどうか確認します。
- 容器の蓋をしっかりと閉め、必要装置を組みます。
- できるだけ直ちに提出して下さい。すぐに提出できない場合は市販便に譲りに出します。
- 十分な咳(痰量以上)に意味を告げると痰液が苦痛...止む...咳が止まらない等あります。



検査に適した痰の例

良い痰の例 (この写真は、良い痰の条件を満たしています。)

条件 - 腹部叩打がある→最初で先毛(うらげ)など口腔の中の歯茎が離れてている



悪い痰の例 (このような痰では正しい結果が得られない可能性があります。)



* 腹部叩打がない場合は痰の運動や歯茎などを考慮です。
詳しくは衛生検査室にて問合せ下さい。

関西感染予防ネットワーク

じょうずに「たん」をだしてみましょう。

肺の水分保持機能が生きて、
ちっかり喉頭もはいるようになります。

呼吸をから「たん」をまで、
しっかり押してみようになります。

リラックスしましょう。

静かなところ、深呼吸をすればいいのです。

1 吸い息します。

2 本を読みます。

3 軽く伸張します。
首筋に力を抜きながら伸びます

4 鼻から息を吸います。
1,2 気管支を潤す

5 口を半ばめて
息を吐きます。
3,4,5,6 喉頭を潤す

6 本を読みます。

7 大声で腹呼吸をしたり、深く
吸気して「たん」を出します。

5 自分でタンを出してみよう

本編21分

巻末自習用排痰訓練
ビデオ付き(2分)



吐きながら、右へその方向へ手を引っ張る



おなかがふくらむ

1

腹式呼吸で呼吸を整える