

# ПИКФЛОУМЕТРИЯ:

КАК СЛЕДИТЬ ЗА ДЫХАНИЕМ

В ВИДЕ ДНЕВНИКА

САМОКОНТРОЛЯ ПРИ САРКОИДОЗЕ



**Пикфлюметрия** – это метод функциональной диагностики, предназначенный для оценки проходимости бронхиальных путей, который позволяет измерять пиковую скорость выдоха (ПСВ), то есть с какой максимальной скоростью человек может выдохнуть воздух из дыхательных путей. Этот параметр отражает состояние бронхов и показывает, насколько эффективна терапия. Кроме того, он помогает следить за динамикой заболевания, а значит предупреждать обострения.

Измерение пиковой скорости выдоха (ПСВ) в ходе пикфлюметрии осуществляется специальным компактным прибором, который называется пикфлюметр. Он состоит из цилиндра, мундштука для пациента, указателя, шкалы.

## ТЕХНИКА ПИКФЛОУМЕТРИИ

1 Встаньте  
прямо

2 Приведите флагок  
указателя на  
пикфлюметре в  
исходное положение.

3 Сделайте  
глубокий вдох

4 Удерживая пикфлюметр горизонтально,  
взьмите в рот мундштук, плотно обхватите  
его губами и резко с максимальной скоростью  
выдохните.  
Зафиксируйте значение шкалы, у которого  
остановился указатель

5 Проведите процедуру трижды и  
зафиксируйте максимальное значение  
ПСВ в дневнике

6 Рассчитайте суточный разброс  
значений ПСВ по формуле:  
 $(\text{ПСВ вечернее} - \text{ПСВ утреннее}) : 1/2$   
 $(\text{ПСВ вечернее} + \text{ПСВ утреннее}) \times 100\%$

Чтобы показания были точными и объективными, необходимо соблюдать **правила измерения ПСВ:**

-  Пикфлоуметрия проводится ежедневно в течение длительного времени (в течение месяца).
-  Измерения следует проводить в одно и то же время: утром сразу после пробуждения в течение 5-10 минут и вечером перед сном.
-  Измерения всегда проводятся перед применением ингаляционных препаратов или через 3-4 часа после применения бронходилататора, если врачом назначалась терапия.



## ДНЕВНИК ПИКЛОФЛУМЕТРИИ

Оценка пиковой скорости выдоха за 4 недели

Ф.И.О.												Лекарства												Месяц				1	2	3	4	5	6
												7	8	9	10	11	12																
дата	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
л/мин	800																																
	750																																
	700																																
	650																																
	600																																
	550																																
	500																																
	450																																
	400																																
	350																																
	300																																
	250																																
	200																																
	150																																
	100																																
	50																																

Кашель																														
Одышка																														
Мокрота																														

✿ = утро

☽ = вечер