

# ПИКФЛОУМЕТРИЯ:

## КАК СЛЕДИТЬ ЗА ДЫХАНИЕМ

### В ВИДЕ ДНЕВНИКА

### САМОКОНТРОЛЯ ПРИ САРКОИДОЗЕ



**Пикфлоуметрия** – 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 пикфлоуметрии осуществляется специальным компактным прибором, который называется пикфлоуметр. Он состоит из цилиндра, мундштука для пациента, указателя, шкалы.

#### ТЕХНИКА ПИКФЛОУМЕТРИИ

1 Встаньте  
прямо

4

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

2

Приведите флажок указателя на пикфлоуметре в исходное положение.

5

Проведите процедуру трижды и зафиксируйте максимальное значение ПСВ в дневнике

3

Сделайте глубокий вдох

6

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

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