



Clinica di Riabilitazione EOC

La riabilitazione post chirurgia bariatrica



Introduzione

Il chirurgo interviene a livello dell'apparato digerente (stomaco, intestino), per via laparoscopica. Dopo l'intervento possono subentrare dei dolori a livello dell'addome che inibiscono l'espandersi del polmone in volume causando di conseguenza un aumento della frequenza respiratoria e un respiro superficiale. Per questi motivi è di fondamentale importanza attivare già in fase pre-operatoria una corretta presa a carico fisioterapica.

Il giorno prima dell'intervento

Il fisioterapista la istruirà nel:

- gestire al meglio il colpo di tosse per diminuire il dolore
- ergonomia nei posizionamenti e nell'uscire – entrare nel letto
- fisioterapia respiratoria
- parametro capacità polmonare con l'ausilio del Coach 2
- eseguire gli esercizi respiratori in autonomia

Il giorno stesso all'operazione

- se i parametri e il dolore lo permettono, prima mobilitazione con l'infermiere
- il fisioterapista eseguirà una prima valutazione
- fisioterapia respiratoria

Il giorno dopo l'intervento

- intensificare la mobilitazione: alzarsi e camminare
- continuare con l'esecuzione degli esercizi respiratori
- Coach 2 con l'obiettivo di tornare gradualmente alla capacità polmonare pre-intervento

Parametri iniziali	Parametri post intervento
Sat o2	Sat o2
PA	PA
FC	FC
Coach 2	Coach 2

Fisioterapia respiratoria

Istruzione colpo di tosse protetto

- stringersi con le braccia unendo le mani sulla pancia
- aprire la bocca per tossire

Respirazione addominale

- posizione: sdraiati supini, seduti oppure in piedi, posizionare le mani sulla pancia
- cosa fare: inspirare dal naso e gonfiare con l'aria la pancia, portando le mani verso l'alto, espirare dalla bocca soffiando l'aria fino al suo esaurimento
- ripetizioni: più volte durante l'arco della giornata
- variante: apnea per 3 secondi

Esercizio con Bottiglia Pep

- posizione: sdraiati o seduti
- cosa fare: inspirare dal naso e soffiare con la bocca all'interno del tubo facendo le bolle
- ripetizioni: ogni 2 ore (10 volte)
- variante: apnea per 3 secondi

Esercizio con Coach 2

- posizione: sdraiati o seduti
- cosa fare: senza il tubo in bocca buttare fuori tutta l'aria dalla bocca, per poi mettere il tubo in bocca tirando l'aria
- verificare la velocità del flusso d'aria
- ripetizioni: 10x3 durante l'arco della giornata

Mobilizzazione



Portare le gambe fuori dal letto e contemporaneamente spingere con le braccia per sollevarsi, buttando sempre fuori l'aria.



Girarsi in blocco su un fianco, buttando sempre fuori l'aria.

Si raccomanda la mobilizzazione precoce.

Contatti

Clinica di Riabilitazione EOC
Servizio di Fisioterapia
c/o Ospedale Regionale di Lugano
Via Tessere 46
CH-6903 Lugano

+41 (0)91 811 65 40

www.eoc.ch



136784

I-FISIO-019