



Longrevalidatie
Ademhaling

Inhoud

Ademhalingsstelsel

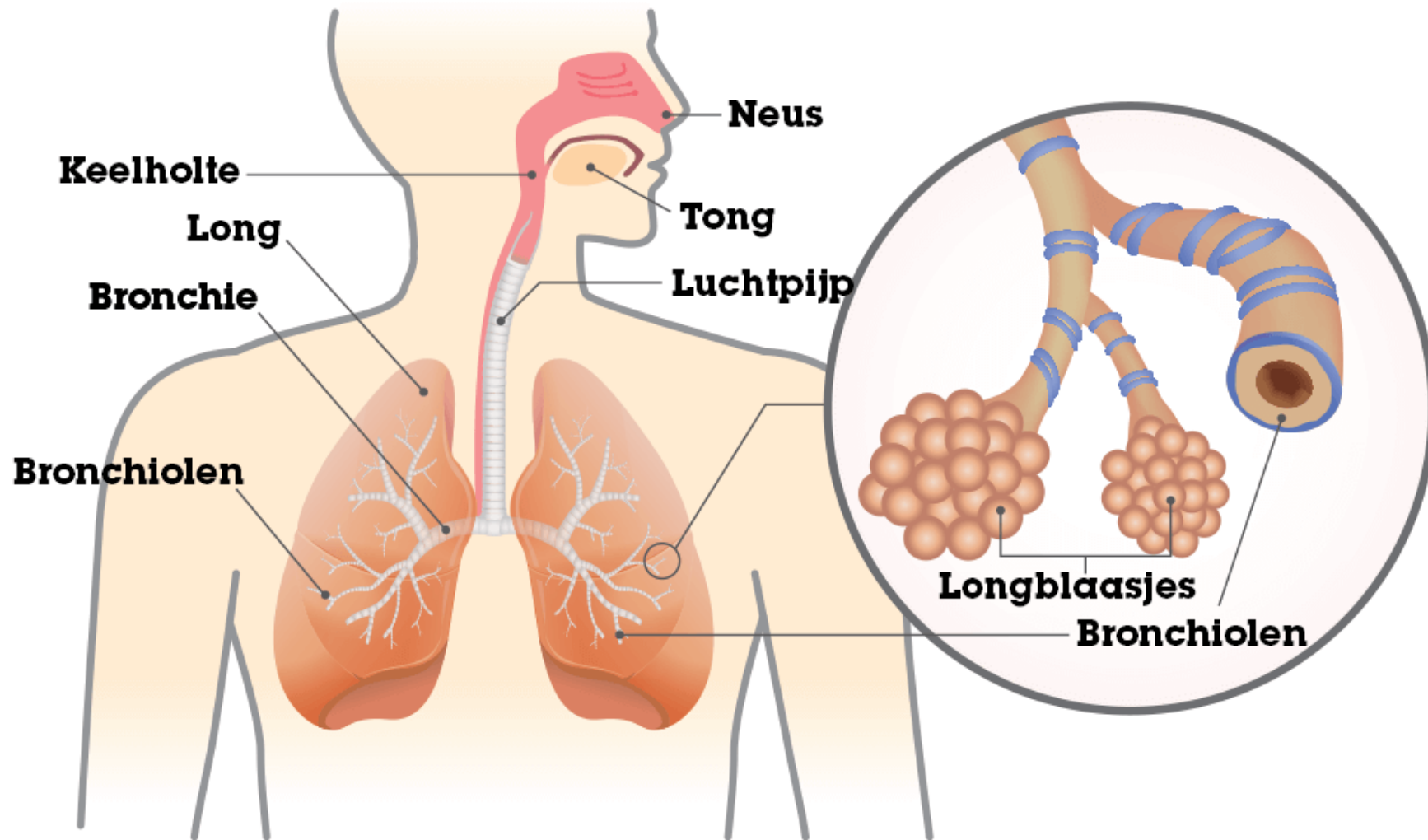
COPD

Ademhaling

Houdingen

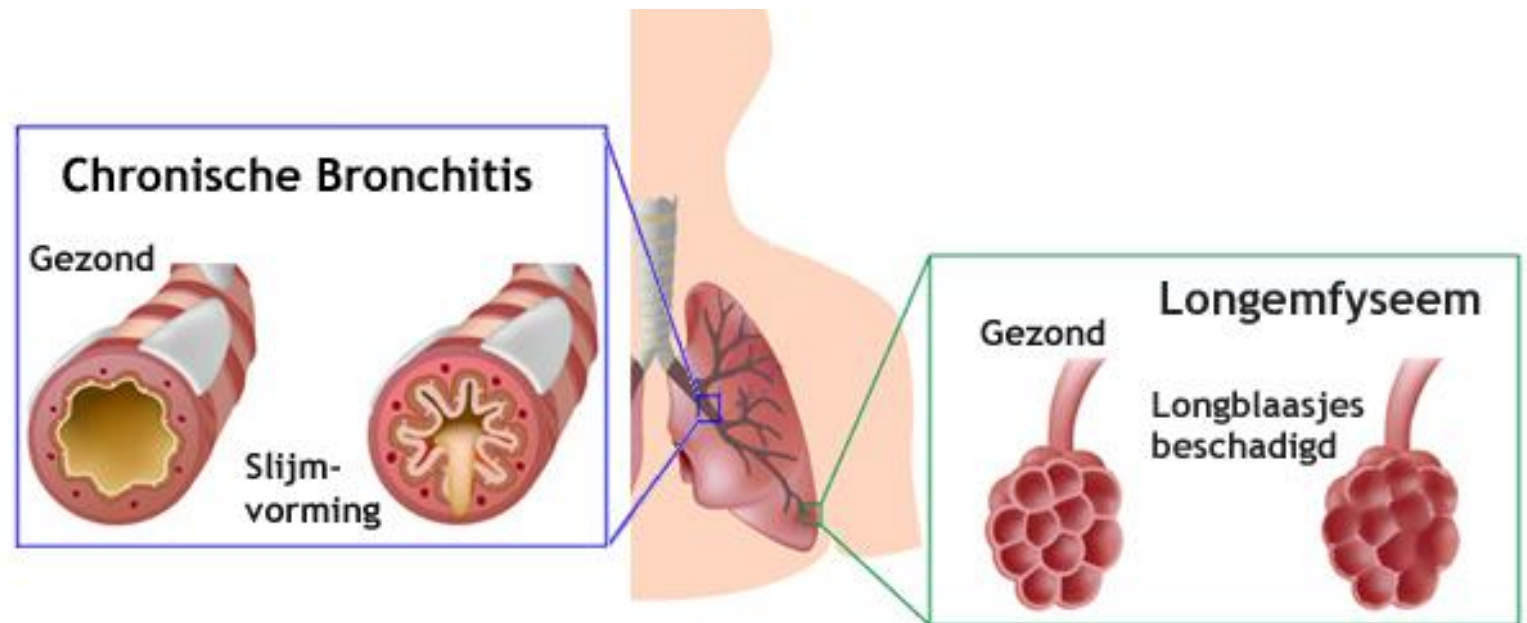
Ademcontrole

Ademhalingsstelsel



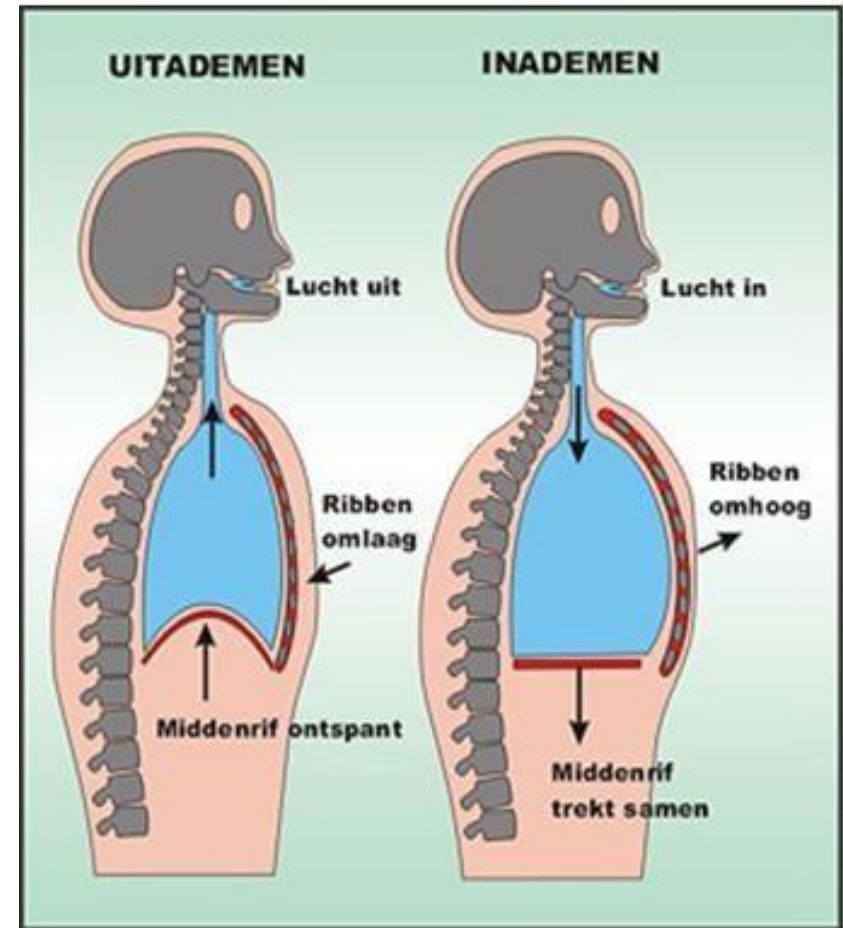
COPD

- Chronic Obstructive Pulmonary Disease (Chronische Obstructieve Long Ziekte)
- Verzamelnaam voor
 - Chronische bronchitis
 - Longemfyseem
- Symptomen
 - Benauwdheid
 - Hoesten (sputum)
 - Kortademig bij inspanning
 - Vermoeidheid
 - Weinig spierkracht



Ademhaling

- Ademhalingsspieren
 - Diafragma
 - Hulpademhalingsspieren (borst- en nekspieren)
- Beweging buik/borst
- Uitademing
- Slappe longen

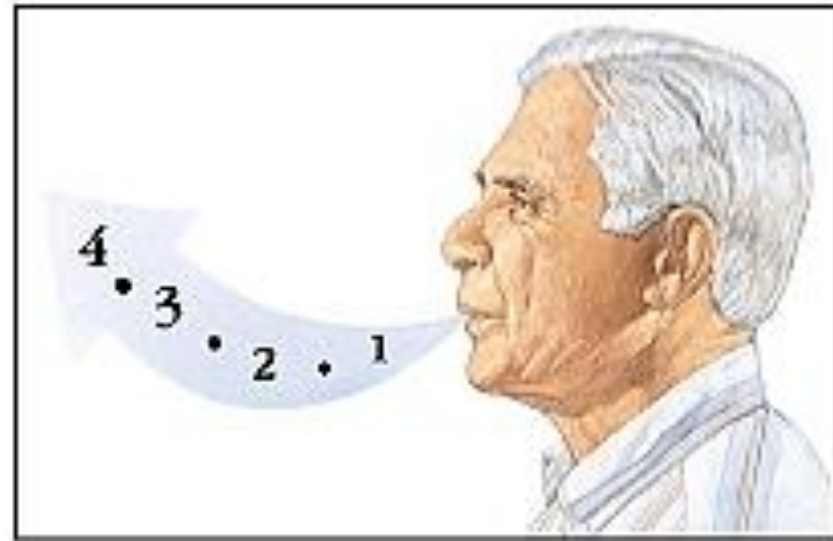
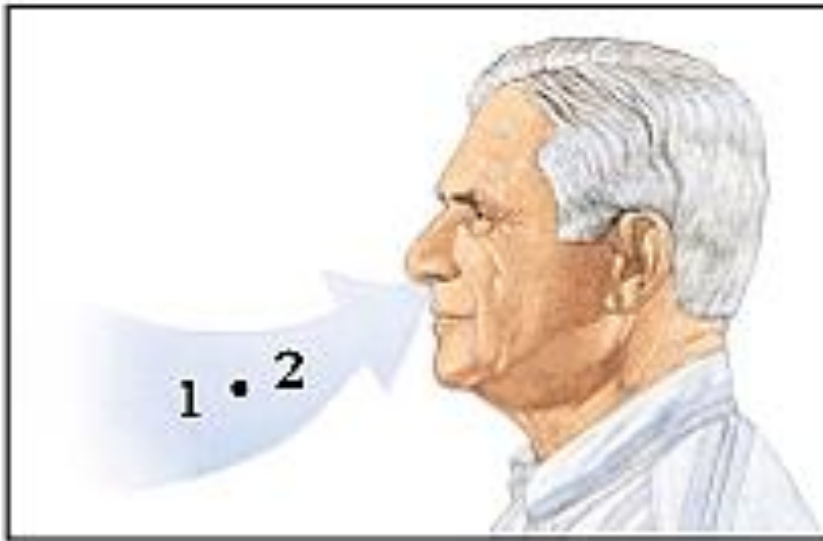


Houdingen



Ademcontrole

- Doorademen, ritme zoeken
- Uitademing verlengen
- Uitblazen bij kracht zetten
- Pursed Lips Breathing





www.mmc.nl