

STMedical[®] Therapieintensität anpassen



Generell gilt bei der Intensitätssteuerung mit dem STMedical[®] folgende Reihenfolge:

1. Anpassen der Therapiedauer → 2. Anpassen der Atemfrequenz → 3. Anpassen des Beutelvolumens

Anpassen der Therapiedauer

Als erstes wird bei der Intensitätssteigerung immer die Therapiedauer, welche an einem Stück absolviert wird, erhöht. Dies ist im Dossier *Leitfaden zum Einstieg in die STMedical[®] Therapie* beschrieben. Wenn man diese Vorgaben nicht einhalten kann, verkürzt man immer zuerst die Therapiedauer.

Anpassen der Atemfrequenz

Erhöhen um 1-2 Atemzüge/min falls:

- Subjektives Empfinden *sehr locker – locker*
- Taktvorgabe und vorgegebene Atemtiefe können ohne Anstrengung sicher gehalten werden

Erniedrigen um 1-2 Atemzüge/min falls:

- Subjektives Empfinden *sehr anstrengend*
- Taktvorgabe und vorgegebene Atemtiefe können nicht oder nur intermittierend eingehalten werden
- Starke Hustenreize
- Kollaps der Atemwege, Keuch-, Pfeif-, Schnarchgeräusche
- Unwohlsein

Anpassen des Beutelvolumens

Vergrossern um 0.2 Liter ($\pm 1.5-2\text{cm}$) falls:

- Subjektives Empfinden *sehr locker - locker*
- Balkenanzeige für die Atemtiefe immer rechts, Ventil ist zu lange offen → Fehltraining
- Der Bewegungsumfang bei Einatmung bzw. Ausatmung wird nicht optimal ausgeschöpft

Verkleinern um 0.2 Liter ($\pm 1.5-2\text{cm}$) falls:

- Subjektives Empfinden *sehr anstrengend*
- Balkenanzeige für die Atemtiefe immer links, Ventil zu wenig lange offen → Fehltraining
- Die eingeatmete Luftmenge kann nicht zeitgerecht ausgeatmet werden (Überblähung der Lunge, Atemnot)
- Starke Beanspruchung der oberen Atemhilfsmuskeln (Schultern, Nacken, Hals)
- Starke Hustenreize
- Kollaps der Atemwege infolge Pressatmung, Keuch-, Pfeif-, Schnarchgeräusche