

Pemeriksaan Paru Dengan Peak Flow



Sumber Foto : Unsplash

Alat Peak Flow Meter sering digunakan oleh dokter atau tenaga medis untuk memantau perkembangan penyakit bagi Anda atau buah hati Anda yang menderita asma. Simak pemaparan mengenai fungsi dan tujuan penggunaannya di artikel yang satu ini!

Peak flow meter adalah alat yang digunakan untuk mengukur seberapa baik udara bergerak di paru - paru Anda. Alat ini cenderung murah dan mudah untuk digunakan.

Peak flow meter menunjukkan seberapa cepat udara keluar dari paru – paru ketika seseorang menghembuskan napas setelah menarik napas panjang. Alat ini sering digunakan untuk penderita asma untuk memantau gejala asma dan mencegah serangan asma.

Tujuan Dilakukan Pemeriksaan Peak Flow

Dengan menggunakan peak flow meter Anda akan dapat mengukur seberapa cepat Anda dapat menghembuskan napas, angka yang diperoleh dapat mengindikasikan jika saluran napas Anda menyempit atau tidak. Sehingga dapat dijadikan penanda jika Anda memiliki asma, walaupun pemeriksaan lain masih diperlukan seperti pemeriksaan spirometri, untuk mediagnosisnya.

Dengan melakukan pemeriksaan peak flow secara rutin seorang penderita asma dapat memantau kondisinya.

Angka yang diperoleh dapat menunjukkan apabila kondisi Anda apabila mengalami perburukan. Selain itu alat ini juga dapat melihat apakah obat yang Anda konsumsi bekerja dengan baik dan dapat mencegah terjadinya serangan asma.

Tata Cara Menggunakan Peak Flow

Cara menggunakan peak flow meter:

- Atur posisi nyaman Anda boleh duduk atau berdiri
- Atur peak flow Anda sehingga jarum berada pada garis pertama
- Pastikan peak flow meter dalam posisi horizontal dan pastikan tangan Anda tidak menutupi jarum dan angka
- Tarik napas sedalam mungkin lalu letakkan corong alat di mulut Anda dan usahakan tidak ada celah antara mulut dan alat yang Anda gunakan
- Tiup alat secepat dan sekuat mungkin dalam satu tiupan
- Setelah itu catat angka yang ditunjukkan pada alat

Anda harus melakukannya sebanyak tiga kali dan angka tertinggi dari tiga kali pemeriksaan merupakan hasil dari peak flow Anda.

Hasil Pemeriksaan Peak Flow Meter

Hasil yang didapat dikenal dengan peak expiratory flow (PEF), dimana nilai normal bergantung pada usia Anda, tinggi dan jenis kelamin. Konsultasikan dengan dokter Anda untuk menentukan nilai normal Anda.

Hasil pemeriksaan dapat dilihat pada alat dimana terdapat tiga zona:

- Zona hijau: 80% - 100% dimana menandakan Anda dalam keadaan stabil
- Zona kuning: 50% - 80% menandakan kondisi Anda semakin memburuk dan harus berhati-hati jika memiliki gejala batuk, mengi atau sesak napas
- Zona merah: kurang dari 50% menandakan Anda membutuhkan penanganan segera

Catat hasil pemeriksaan secara berkala untuk mengetahui perkembangan penyakit Anda.?

Referensi :

- American Lung Association (2020). Measuring Your Peak Flow Rate
- WebMD (2019). Asthma and the peak flow meter
- NHS (2018). Peak flow test
- Mayo Clinic (2020). Peak flow meter