**ZDRAVLJENJE S KISIKOM**

**POMEN DIHANJA**

Dihanje (respiracija) je izmenjava plinov v pljučih, v človekovem telesu vsaka celica izmenjuje kisik in oglj. Dioksid s svojim okoljem. Proces izmenjave kisika in CO2 poteka v tkivih, kar imenujemo notranje ali tkivno dihanje. Sprejem kisika iz zunanjega zraka in oddajanje CO2 v zrak pa zunanje dihanje.

DIHANJE- ALFA IN OMEGA ŽIVLJENJA

Brez kisika lahko zdržimo le 3 min, v 4. Minuti se pričnejo okvare možganskih celic.

Na dihanje vpliva mnogo dejavnikov:

- psihični (stres, čustva..)

- fiziološki (zunanje dihanje, notranje dihanje, Hb v krvi…)

- ekološki (kvaliteta % kisika v zraku, kajenje, ozon v ozračju, izpušni plini)

Telo na pomanjkanje kisika odreagira z dihalno stisko in cianozo, potrebna je hitra pomoč pacientu in dovajanje kisika.

Uporabljamo takrat, ko telo na pomanjkanje kisika reagira z dihalno stisko in cianozo.

**NAČINI DOVAJANJA KISIKA:**

- nosni kateter

- kisikova očala

- kisikova maska

- kisikov šotor

- respirator

**NEGOVALNE INTERVENCIJE, KI JIH IZVAJAMO PRI BOLNIKU, KI JE ZDRAVLJEN S KISIKOM:**

- nega nosu in sonde

- uvajanje nasalne sonde

- prekinitev dovajanja kisika

- nadzor pacienta

- nadzor količine dovajanja kisika (po naročilu zdravnika)

**NEVARNOSTI DOVAJANJA KISIKA**

- premajhno vlaženje- draženje v grlu in zgornjih dihalih

- infekcija zaradi nehigiene (voda, maska…)

- poškodovanje pljučnih alveol pri dolgotrajnem dovajanju kisika

- hiperkapnija- prenasičenost arterijske krvi s CO2 (stopnjevanje zaspanosti, somnolenca, tahikardija, občasne apneje)= ABSOLUTNA KONTRAINDIKACIJA ZA KISIK oz. takoj prenehamo dovajati kisik