

Kontakty:

***Team Klasterowy ból głowy***

[klasterowybol@interia.pl](mailto:klasterowybol@interia.pl)

[klasterowybol@poczta.onet.pl](mailto:klasterowybol@poczta.onet.pl)

[klasterpolska@poczta.onet.pl](mailto:klasterpolska@poczta.onet.pl)

[klaster@poczta.onet.pl](mailto:klaster@poczta.onet.pl)

Informacje:

[www.republika.pl/klasterowybolglowy/](http://www.republika.pl/klasterowybolglowy/)

**Rozpowszechnianie i  
kopiowanie dla celów  
bezpłatnego rozpowszechnienia  
jest dozwolone.**

**Dokonywanie zmian w treści i  
wykonaniu jest niedozwolone!**

***Klasterowy ból głowy PL©***

Copyright 2006

Opracowanie:

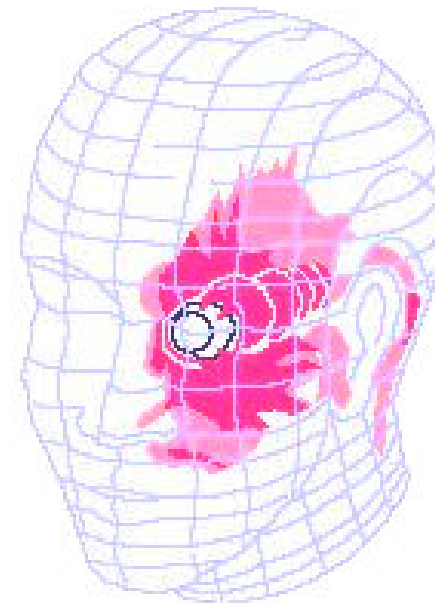
***Team Klasterowy ból głowy***

[klasterowybol@interia.pl](mailto:klasterowybol@interia.pl)

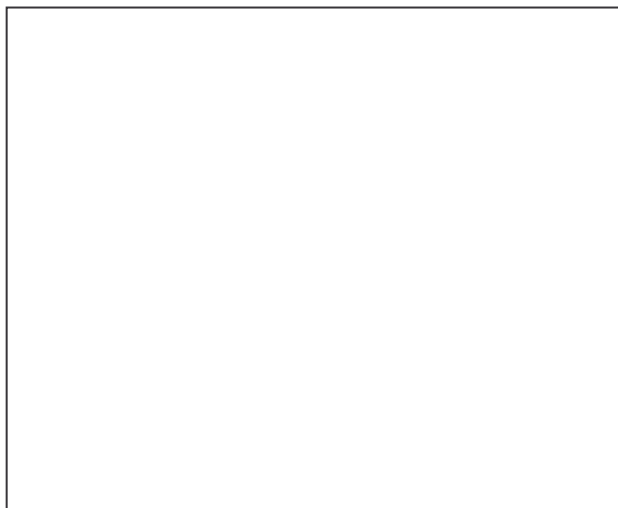
[klasterowybol@poczta.onet.pl](mailto:klasterowybol@poczta.onet.pl)

[klasterpolska@poczta.onet.pl](mailto:klasterpolska@poczta.onet.pl)

[klaster@poczta.onet.pl](mailto:klaster@poczta.onet.pl)



Druk tej broszury został sfinansowany przez:



***Klasterowy  
ból głowy***

**Tlen - O<sub>2</sub>**

## Tlen-co to jest?

Tlen ( $O_2$ , łac. oxygenium) jest jednym z najbardziej rozpowszechnionych pierwiastków we Wszechświecie i na Ziemi. W stanie czystym występuje w postaci dwuatomowej cząsteczki  $O_2$  oraz trójatomowej ozonu  $O_3$ . W postaci gazowej jest pierwiastkiem absolutnie niezbędnym do życia wszystkich organizmów tlenowych, biorąc udział w procesie oddychania.

W medycynie jest używana postać czystego tlenu jako „Tlen Medyczny ( $O_2$  med.)”. Tlen medyczny stosuje się przede wszystkim w pierwszej pomocy, schorzeniach układu oddechowego.

## Tlen przy klasterowych bólach głowy

Już od wielu lat tlen medyczny jest stosowany przy klasterowych bólach głowy-w czasie ataku klasterowego bólu głowy jest preparatem umożliwiającym przerwanie ataku. Przy tym jest kilka bardzo ważnych zasad, które powinny być spełnione, aby tlen mógł swoją medyczną siłę pokazać i zadziałać.

## Podawanie

Aby nastąpił odpowiedni efekt jest bardzo ważne,by podać tlen przez maskę ustno-nosową. Tak zwane dusze nosowe nie są wystarczalne!

## Ilość

Również bardzo ważna jest ilość tlenu mierzona w litrach na minutę (l / min.). Według fachowej literatury jest to podawanie tlenu od 7 l / min. Osobiste próby i doświadczenia pacjentów pokazały, że w niektórych przypadkach dopiero przy 15 l / min. następowała oczekiwana pozytywna reakcja na tlen i atak klasterowego bólu tylko przy takiej dozie tlenu został przerwany.

## Postawa ciała

Postawa ciała podczas inhalacji tlenem jest kolejną ważną rzeczą ( do dziś nie wiadomo dlaczego), ale może zadecydować o zwycięstwie lub przegranej! Tlen nie powinien być podawany w pozycji leżącej! Pacjent musi podczas inhalacji stać, chodzić lub przyjmować tlen w pozycji siedzącej z tułowiem przechylonym do przodu.

## Czas-moment inhalacyjny

Idealnym momentem inhalacyjnym jest ten, w którym pacjent poczuje pierwsze oznaki ataku klasterowego bólu głowy. Im dłużej z podaniem tlenu czeka się, tym mniejsze szanse na powstrzymanie lub przerwanie ataku klasterowego bólu. Najpóźniej 4 do 5 minut po pierwszych odczuciach ataku powinno się inhalację tlenową rozpocząć. Jeżeli atak rozwinie się w pełni, podawanie tlenu bardzo rzadko pomaga!

## Jak długo inhalować

Inhalacja przy ataku trwająca 5 minut jest najkrótszym czasem, który nie powinien być skrócony! Dłuższe inhalacje mogą być wskazane, jeżeli ból nie ustąpił całkowicie. Przy bardzo silnym ataku powinno się jeszcze przyjmować tlen od 2 do 3 minut już po zakończeniu bólu- zapobiega to powrotowi ataku.

## Zużycie

Z czasu oraz podanej ilości np.: 8 minut i 10 l/min wychodzi zużycie 80 litrów tlenu itd.

## Części wyposażenia tlenowego

- Butla tlenowa 10 litrowa lub 2 litrowa
- Reduktor do 15 l / min.
- Maska ustno-nosowa
- Statyw na butlę tlenową ( mały wózek)
- Torba na małą butlę

## Bezpieczeństwo

### Uwaga-butle tlenowe są pod dużym ciśnieniem!

Dalsze wskazówki bezpiecznego postępowania, przepisy i instrukcje użytkowania całego sprzętu oraz tlenu będą Państwu przekazane z pewnością przez firmy dostarczające tlen medyczny oraz sprzęt.

