

Västra Götalandsregionen

Regionalt Processteam Pneumoni, Regionalt Samordningsråd Infektion

Rutin

Datum: 2025-07-01

Pneumoni och fysioterapi

Rutinen beskriver de fysioterapeutiska åtgärder för sjukhusvårdade vuxna med samhällsförvärd pneumoni.

Fysioterapi och andningsträning har betydelse för att en patient med pneumoni så snabbt som möjligt ska tillfriskna och kunna återgå till normal aktivitetsnivå.

Tillsammans med ansvarig sjuksköterska på avdelning görs bedömning om patienten har behov av att träffa fysioterapeut, vilket i så fall ska ske första vardagen efter inläggning.

Utredning och åtgärder

A. Värdering av andningsfunktion

- Andningsfrekvens, saturation och andningsmönster i vila
Andningsfrekvens, saturation och andningsmönster vid ansträngning*Gångtest 10 meter
- [Gångtest 6 minuter](#)
- Sit-to-stand test

B. Mobilisering och lägesändring/positionering

Det är mycket viktigt att mobilisering startar så snart som möjligt av omvårdnadspersonal. Fysioterapeut ska kontaktas om patienten är svårmobiliserad, för att vid behov ge råd om förflyttningar och tillhandahålla hjälpmedel som kan underlätta mobilisering.

Patienten ska få information om vikten av lägesändring och god positionering för förbättrad ventilation.

C. Andningsträning

Målsättning med andningsträning är att normalisera andningsmönstret och att förbättra ventilationen. Andningsträning kan också bidra till slemmobilisering.

Djupandning

Djupa andetag bör tas varje timme helst i sittande. Inandning genom näsa och utandning genom mun.

PEP (Positive expiratory pressure)

- Med särskilt hjälpmedel (PEP-pip, pipa , PEP-set) eller PEP-mask. OBS! Ej vid odränerad pneumothorax eller svår emfysem.
- Sluten läppandning
Andas in genom näsan och andas ut mot halvslutna läppar
- Länkar

[Andningsbefrämjande tekniker i Vårdhandboken](#)

[Andningsträning – information till ny personal \(vgregion.se\)](#)

[Patientinformation om motståndsandning](#)

Aktiva rörelser

Träningsprogram med indirekta respirationsövningar: ‘CAF SÄS
Andningsövningar finns i [ExorLive](#) som är ett regionalt IT-stöd.

D. Slemmobilisering

Huffing

Djup inandning och en kraftig utandning med öppen mun.

Hosta

Djup inandning med bra hoststöd/ bukstöd för effektiv hostteknik
Hoststöd

- Draglakan eller kudde för egenvård
- Manuellt hoststöd - tryck över patientens mage/bröstkorg.

Sputumprov

Använd andningsskydd (klass FFP3) utöver plastförkläde och handskar.

[Inducerat sputumprov](#)

E. Inhalationer

Inhalationsteknik

- Nyinsatt behandling: utbildningsbehov
- Tidigare behandling: värdering inhalationsteknik/ utbildning

Dokumentinformation

För innehållet ansvarar

Angela Tideskog Fysioterapeut, SKAS, Skövde

Lidija Maric Fysioterapeut, SKAS, Skövde

Fastställt av

Anders Lundqvist, ordförande, RPT Pneumoni

Nyckelord

Pneumoni, lunginflammation, sjukgymnastik, fysioterapi, andningsträning, huffing, motståndsandning,

Referenser

1. Larsen T, Lee A, Brooks D, Michieli S, Robson M, Veens J, et al. Effect of Early Mobility as a Physiotherapy Treatment for Pneumonia: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Physiother Can.* 2019;71(1):82-9.
2. Fagevik Olsen M, Lannefors L, Westerdahl E. Positive expiratory pressure - Common clinical applications and physiological effects. *Respir Med.* 2015;109(3):297-307.