Spanish

Cómo hacer una maniobra de Valsalva
How to Do a Valsalva Maneuver

Para ayudarnos en su ecografía, le pediremos que realice una técnica sencilla llamada maniobra de Valsalva.

¿Qué es una maniobra de Valsalva? What is a Valsalva maneuver?

La maniobra de Valsalva es una forma de respirar que consiste en expulsar el aire mientras se tapa la nariz y mantiene la boca cerrada.

Es similar a lo que haría al esforzarse para evacuar el vientre (defecar), pero, al mismo tiempo, cierra la boca y se tapa la nariz.

¿Por qué tengo que hacerlo? Why do I need to do this?

Le pedimos que lo haga para crear presión dentro de su abdomen. Esto nos ayuda a ver cómo fluye la sangre dentro y alrededor del área en la que estamos haciendo la ecografía.

¿Cuándo debo hacerlo? When do I do it?

Nosotros le indicaremos cuándo comenzar y cuándo soltar el aire. Le haremos una señal cuando deba hacerlo. También oirá instrucciones que le indicarán lo que debe hacer.

Es posible que le pidamos que repita la maniobra varias veces durante la ecografía.

Sírvase escanear este código de respuesta rápida y comparta sus observaciones respecto de la calidad de la traducción.

¿Cómo lo hago? How do I do it?

1. Inhale hondo.

2. Cierre la boca. Tápese la nariz.

3. Intente expulsar el aire con fuerza con la boca cerrada y la nariz tapada durante 10 a 15 segundos. Espere a que le indiquemos con una señal que ya ha terminado.

4. Suéltese la nariz y abra la boca. Respire con normalidad.

Junio de 2023 Catálogo FH 268249 Para solicitar: patienteduc.fraserhealth.ca
Número de catálogo VCH/PHC EC.600.H69.SP Para solicitar: vch.eduhealth.ca