

## 氣喘病人之護理指導

1. 急診只能開 2 天份的藥,請到胸腔專科醫師門診繼續追蹤(見門診追蹤表)切勿自行停藥。
2. 請 2 天內遵行衛教指導之注意事項。
3. 可逐漸恢復日常生活作息,以不會引發氣喘為原則。
4. 按時服藥並依指示使用噴霧劑。
5. 避免任何會引發氣喘之活動或事物:諸如:  
特定之食物或飲料、環境突然之變化,如冷空氣、情緒壓力或焦慮、易過敏體質,如:動物的落毛,灰塵等
6. 如有下列情況,請盡速就醫或回本院複診:  
發燒,畏寒、咳嗽或哮喘復發、感冒、任何令您感到不適的症狀。
7. 您服用的藥物中可能有類固醇,它可以幫助炎症消除,請不要隨便停藥;但因為可能對胃有刺激性,請注意以下事項:  
勿空腹服藥、鼓勵飯後服藥、避免刺激性如酒精及咖啡等食物、注意有無血便。
8. 氣喘發作時之處理:  
保持鎮靜、依醫師指示正確服藥、如果病情仍無法改善請立即找醫師。
9. 請於胸腔科醫師門診追蹤時,向醫師索取氣喘記錄日誌,與醫師擬訂治療計劃,以及準備尖峰呼氣流速計以評估氣喘治療情形。
10. 以下為日常保健原則
  - (1)天氣溫度變化太大時,外出最好戴著圍巾、口罩來保護你的肺。
  - (2)在易感冒的季節,盡可能避免接觸感冒的人,以免受到傳染。
  - (3)情緒起伏或高壓力下亦會引起發作,建議您放鬆心情,以鼻吸氣以口吐氣,試著深呼吸。
  - (4)試著找出適合自己的運動,來增加心肺功能,記得運動前最好熱身一下。
  - (5)隨時攜帶藥物以備不時之需。
11. 氣喘的治療目標:
  - (1)不論白天或晚上都不會有氣喘症狀。
  - (2)可過正常生活不受任何限制。
  - (3)維持正常或接近正常的肺功能。
  - (4)減少或免除因哮喘發作而掛急診的機率。
  - (5)以最少的藥達到最大的治療效果。
  - (6)符合患者及家屬對哮喘控制的期望。

諮詢電話:22490088 轉 1111