

胸腔物理治療

一、前言

胸腔物理療法通常是指姿位引流與可加強清除呼吸道痰液的技術，這些技術包括：叩擊、震顫、咳嗽及呼吸運動。

二、目的

藉由簡單的方法，有效排出肺部的痰液，改善呼吸狀況以避免其他併發症

三、功能

- (一) 清除痰液
- (二) 增加肺活量
- (三) 改善換氣
- (四) 恢復有效的呼吸功能

四、適應症

肺中有痰的小孩，如：肺炎、支氣管炎、肺泡塌陷、支氣管擴張

五、姿位引流

(一) 原理：利用重力將肺內或支氣管內痰液引流到氣管，經咳嗽咳出

(二) 姿勢：

1. 趴臥，頭低腳高

(1) 孩童放在大人腿上

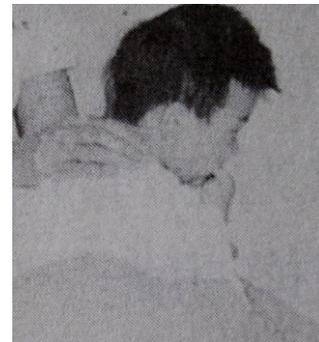
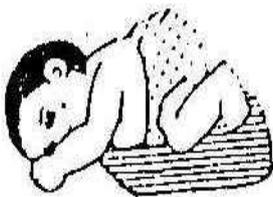
- a. 大人坐著、大腿上放小枕頭
- b. 孩童趴在枕頭上，頭朝下傾斜，臀部抬高約 15~20 度
- c. 孩童頭部側一邊，注意安全及呼吸道通暢，每次時間不超過 20 分鐘

(2) 孩童放在床上

- a. 肚子下面墊一個小枕頭或浴巾，使上半身向下傾斜
- b. 孩童頭部側一邊，注意安全及呼吸道通暢，每次時間不超過 20 分鐘

2. 坐立，胸腹環抱枕頭向前傾斜

嬰兒坐在大人腿上或孩童坐在床上，胸腹環抱枕頭，使上半身向前傾斜，此姿勢可用於嬰兒痰液積於左上肺葉前段或兒童痰液積於右上肺葉後段及左上肺葉肺尖後段。

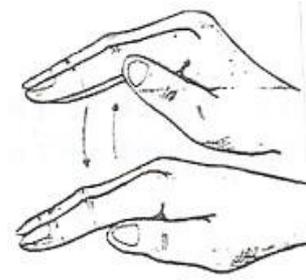


六、叩擊：

(一) 原理：利用手的拍擊產生空氣震動，以鬆動附著在支氣管壁的痰液，使其能沿著氣管管壁而流出

(二) 方式：

1. 手指併攏，手掌拱起彎成中空杯狀
2. 利用手掌的拍擊產生空氣震動，以鬆動附著在支氣管壁的痰液，使痰液能沿著氣管壁排出
3. 力量適中，正確叩擊時會有規律的『啵、啵』聲
4. 嬰兒建議可以用叩擊器適合小範圍的叩擊



拍痰時的手部姿勢(圖二)

(三) 注意事項：

1. 孩童應穿較薄的衣服
2. 嬰兒的肺壁較薄、肋骨較軟、叩擊力氣也要比較輕
3. 避免叩擊的地方，如脊椎、肩胛骨、肋骨下緣、腹部
4. 叩擊應與姿位引流共同配合執行

七、震顫

(一) 原理：是將顫動經由皮膚傳動到肺以鬆動其黏液分泌物

(二) 方法：將震顫器放在引流的肺葉位置上予以震顫和從背部處慢慢移動，由下往上，及由旁邊往中間的方向移動

八、咳嗽訓練

(一) 深呼吸：吸氣時將腹部吹起，呼氣時將腹部的氣吐出，連續兩次深呼吸之後，在第三次深吸氣後吐氣作咳嗽的動作

(二) 咳嗽時採半坐臥姿身體微向前傾，此時橫隔膜被推往上方，能加強呼氣，咳嗽效果最好。

九、注意事項

(一) 為有效去除痰液，如果有噴霧治療通常要先進行，再執行姿位引流與叩擊(或震顫)，之後兒童可配合教導就執行深呼吸及咳嗽運動

(二) 以飯前 1 小時或飯後 1-2 小時進行胸腔物理治療，以免影響食慾或嘔吐而噎到

(三) 姿位引流與叩擊，一天最少可執行 4 次，每次持續 10~15 分鐘

(四) 叩擊部位由下往上，每個部位約拍 3~5 分鐘

(五) 可利用吹蠟燭或吹氣球等遊戲方式，鼓勵孩童深呼吸及咳嗽

(六) 觀察孩童痰的顏色及量

參考資料：

陳月枝總校閱 (2010)·實用兒科護理(6 版)·台北：華杏。

陳月枝等譯 (2005)·小兒科護理學(一版)·台北：華杏。

蔣立琦等編(2000)·兒科護理學(一版)·台北：永大。

護理部 編印

諮詢電話 02-22490088 轉 76301

臺北醫學大學·部立雙和醫院護理部內部文件，未經書面同意禁止翻印