衛教指導

編印單位：DON-4-兒 012
制定日期：98 年 02 月 01 日
修訂日期：111 年 03 月 17 日第 8 版

兒童細支氣管炎衛教指導

❖常見的症狀

一般先有流鼻水、咳嗽及輕微發燒等症狀，隨著病情發展會咳嗽加劇，呼吸困難或躁動不安現象。

❖拍痰的重要性

氣管炎如痰液較黏稠時可藉由拍痰刺激咳嗽將痰液咳出，才不會發生痰液聚積而導致呼吸困難甚至呼吸衰竭。

❖拍痰原則

1.拍痰時間:喝奶前 30-60 分鐘或喝奶後 2 小時才可執行拍痰，每次拍 10-15 分鐘，每天拍 4-6 次，如同時有噴霧治療，則在吸藥後再拍。

2.拍痰技巧:

(1)病童趴於床上或家長大腿上，呈頭低腳高姿勢(可墊枕頭或棉被於下半身)

(2)家長雙手手指併攏，彎成杯狀，以適當力道拍擊病童後背，骨突處及腰部不可以拍。

(3)拍擊時注意病童呼吸是否順暢，若有呼吸困難、臉色發紫或是嘔吐，立即停止拍痰並通知醫護人員處理。

3.拍痰後予姿勢引流，維持頭低腳高約 10-15 分鐘，使痰液因重力原理流至氣管或口鼻。

4.若病童無法咳出痰液或痰音重，可請護理人員協助評估是否需要抽痰。

❖進食注意事項

1.應在拍痰 30-60 分鐘後再進食，且以少量多餐為原則，避免強迫病童進食，以免嘔吐造成吸入性肺炎。多補充水分，以促進痰液變稀，以利痰液排出。

2.少吃甜食(如巧克力)及冰冷飲食，以免刺激咳嗽。

3.勿平躺餵食，以防嗆奶及易併發中耳炎，若嗆到應暫停餵食並給予安撫，待恢復後再繼續餵食。

4.餵食時應觀察病童的呼吸情形，若呼吸急促或咳嗽厲害時，應予

分段餵食或採少量多餐的方式，不可勉強，以防嘔吐嗆奶造成吸入性肺炎。

❖發燒時之處理

1.請依醫師指示按時服藥或使用退燒塞劑。
2.減少衣服被蓋、調降室溫、多喝開水或水枕或溫水拭浴。

❖居家照顧

1.接觸病童前應先洗手，保持雙手清潔，避免感染。
2.家中應禁止吸煙，以免加重病童呼吸道症狀，維持室內環境的清潔，保持室內新鮮的空氣流動。
3.適當休息，給予易消化食物，多喝開水，可以少量多餐餵食，進食後 1-2 小時再拍痰，可避免咳嗽或嘔吐造成吸入性肺炎，並依醫師指示按時服藥。
4.避免帶小孩到擁擠的公共場所，如百貨公司、餐廳、市場或大賣場等地方，避免感染。
5.上呼吸道感染的家人應與小孩保持距離，若是主要照顧者生病感冒應戴口罩。
6.臥床時多翻身、多拍背，可促進肺擴張和預防痰液堆積。
7.在氣候多變化，早晚溫差大時，應特別注意保暖，避免受寒。
8.定時回診。
9.要有良好的營養狀況和充足睡眠及適度的運動以增加抵抗力。

❖返家後須立即就醫的情況

孩童呼吸急促或呼吸困難徵兆(如胸凹、呼吸費力、鼻翼煽動、唇色或膚色發紫)，且合併餵食困難、不安、嗜睡、哭聲微弱、活動力下降或高燒不退等應立刻就醫。

參考文獻：

蔡綠蓉(2014)·兒童呼吸系統疾病及其護理·於陳月枝總校閱，*實用兒科護理*(七版，385-386 頁)·台北市：華杏。

陳月枝、黃靜微、林元淑、張綠怡、蔡綠蓉等(2018)·兒童呼吸系統疾病及其護理·於陳月枝總校閱，*實用兒科護理*(八版，381-382 頁)·台北市：華杏。