



翻身拍痰衛教指導

(Panduan pendidikan kesehatan tentang membalik dan menepuk dahak)

- 1.執行者站的位置，應面向病人的臉，以便隨時觀察病人。
Pelaku harus berdiri menghadap wajah pasien agar dapat mengamati pasien setiap saat.
- 2.執行翻身、拍痰時注意勿拉扯或壓迫鼻胃管、點滴注射管路及其他傷口引流管路，避免滑脫。
Saat membalik atau menepuk dahak, berhati-hatilah untuk tidak menarik atau menekan selang nasogastrik, saluran injeksi intravena, dan saluran drainase luka lainnya agar tidak tergelincir.
- 3.手掌彎成杯狀，擺動手腕，雙手交替敲擊，敲擊聲音應呈空洞聲。
Tekuk telapak tangan membentuk cangkir, ayunkan pergelangan tangan, dan ketuk dengan kedua tangan secara bergantian. Suara ketukan harusnya berongga.
- 4.拍痰結束應鼓勵病人做有效的咳嗽將痰咳出，把痰咳出有效的咳嗽方法為：緩慢的深呼吸→深吸氣→利用腹部力量把痰咳出來。
Setelah menepuk dahak, pasien dianjurkan untuk batuk secara efektif untuk mengeluarkan dahak. Cara batuk berdahak yang efektif adalah: tarik napas perlahan dan dalam → tarik napas dalam → gunakan kekuatan perut untuk batuk berdahak.
- 5.使用人工氣道或病人無力自咳者，可請護理人員協助抽吸痰液。
Jika jalan nafas buatan digunakan atau pasien tidak dapat batuk secara spontan, mohon minta petugas perawat untuk membantu aspirasi dahak.
- 6.如有需要依醫師指示使用支氣管擴張劑或化痰藥物吸入，每次吸完藥物後接著進行拍痰動作，痰被咳出的效果會更好。
Bila perlu gunakan bronkodilator atau obat pengurang dahak untuk

inhalasi sesuai petunjuk dokter, setiap habis terhirup tepuk-tepuk dahak, efek batuk berdahak akan lebih baik.

7.鼓勵病人多喝開水，避免痰液黏稠。

Anjurkan pasien untuk memperbanyak minum air rebusan untuk menghindari dahak yang lengket

8.至少每二小時翻身一次，每四小時拍痰一次（每次拍痰時間最好持續10-15分鐘），可預防肺炎之發生。

Balik minimal dua jam sekali, dan pengambilan dahak setiap empat jam (waktu terbaik setiap pengambilan dahak adalah 10-15 menit), sehingga dapat mencegah terjadinya pneumonia.

9.使用叩擊，反而使支氣管發生痙攣時則停止採用。

Jika perkusi menyebabkan kejang bronkial, hentikan penggunaannya.

10.肺部有已知或懷疑癌症疾病、胸部骨折、抽搐、出血傾向病人禁用。

Dilarang untuk pasien yang diketahui atau diduga menderita kanker paru-paru, patah tulang dada, kejang, dan kecenderungan pendarahan.

11.當執行翻身拍痰時病人如出現胸悶、心悸、嘴唇發黑、嘔吐、意識不清、出血...時請立即停止拍痰，並緊急告知醫護人員。

Saat membalik untuk menepuk dahak, jika pasien mengalami sesak dada, jantung berdebar, bibir hitam, muntah, tidak sadarkan diri, atau mengeluarkan darah... harap segera berhenti menepuk dahak dan segera beri tahu staf medis.



寶建醫療
社團法人 寶建醫院
PAOCHIENTHOSPITAL

關心您

總機：08-7665995

院址：屏東市中山路123號

救護專線：08-7330290

網址：www.paochien.com.tw