

認識肺炎及其注意事項

一、肺炎的種類：

- 急性肺炎：因細菌感染引起。
- 非典型肺炎：因病毒或黴漿菌感染引起，通常漸進性的發作。
- 吸入性肺炎：可能是食物液體嘔吐物吸入、灰塵、氣體、毒性化學物質的吸入，易發生於意識不清、昏迷或吞嚥不良者。
- 抵抗力低而引發的肺炎：如糖尿病、癌症、愛滋病、長期使用免疫抑制劑或類固醇者。

二、症狀：

咳嗽、有痰、胸腔疼痛、寒顫、發燒、倦怠感、食慾不振、意識變差、呼吸困難、有氣喘者會引發呼吸喘。

三、發生肺炎的危險因子：

- 上呼吸道感染(感冒)
- 吸菸
- 暴露在污染的空氣中
- 長期臥床不動者、昏迷或意識不清者
- 營養不良、脫水者
- 慢性病患
- 吸入外來物
- 神經肌肉病變

四、胸腔叩擊(拍痰法)：

- 將手掌併攏並弓成杯形，放在胸廓上或背部上叩擊，可促進痰液的排出。
- 記住！進餐前一小時及進餐後 1~2 小時不可拍打。
- 拍痰的禁忌：當患者感到疲憊或體溫、脈搏、呼吸、血壓不穩定時，則不做拍痰的動作；在重要器官骨頭明顯突出的地方不拍如脊椎骨、前胸中央及肚子。

五、發燒時的處理：

- 發生寒顫時可增加被蓋保暖，並喝溫開水。
- 寒顫發生之後體溫可能升，高此時可減少被蓋，調整室溫。
- 依指示使用冰枕(冰塊至護理站拿)。
- 若患者因盜汗而衣服濕透，請予以更換。
- 依指示為患者做溫水拭浴(用輕拍的方式)。
- 我們可能會為您抽血檢驗或給予解熱劑。

六、注意事項：

- 流行感冒盛行期間，應避免出入公共場所。
- 若有抽菸習慣應戒菸。
- 急性期須臥床休息。
- 居住環境須保持良好通風。
- 避免暴露於冷空氣中，睡覺時頸部應保暖。
- 假若患者須臥床休息，則應每二小時翻身一次，並拍痰；若可以下床則鼓勵下床，可促進痰的排出。
- 若採半坐臥的舒適臥位，作深呼吸及有效咳嗽。
- 若無限水，則應多喝開水每天喝 2000cc~3000cc 以上。
- 補充足夠的營養和維生素的攝取，以增加患者的抵抗力。
- 在能力範圍內，應作適度的運動。
- 避免過冷、過熱的液體。
- 依醫師指示，返院門診追蹤。

七、須就醫情況：

- 再度發燒
- 劇烈咳嗽
- 膿痰
- 呼吸困難、呼吸喘