

## 一、姿位引流介紹：

### (一)目的：

應用地心引力原理及重力，改變身體姿勢，以利積在肺的痰引流出肺部，經由支氣管、氣管流出，再藉著咳嗽將痰咳出。

### (二)時間：

- 1.每天大約作 3-4 次，或依痰液多寡與進食狀況調整。
- 2.飯前或飯後：飯前至少 1 小時至 30 分鐘前，或飯後 1~1.5 小時執行，以避免嘔吐。
- 3.睡覺前做。
- 4.配合蒸氣吸入呼吸治療後更有效。
- 5.每次做多久，可視幼兒情況與忍耐程度而定，每個部位約引流 5~10 分鐘。

### (三)基本認識：

- 1.一般寶寶不會將痰咳出，姿位引流對他有相當的幫助，往往痰液被引流到口咽部時，寶寶會將痰吞到肚子裡，再從大便排出。
- 2.一些較深的痰，因為照顧者的努力，將痰引流到上呼吸道，所以寶寶呼吸會聽到明顯的痰音。
- 3.一般而言，寶寶有痰，除了姿位引流外，補充水份可以稀釋痰液，使痰容易排出。
- 4.姿位引流可與叩擊合併執行。

### (四)注意事項：

- 1.如在引流當中，病童感到無法忍受、發紺、呼吸困難，應立即停止引流或改姿位引流。
- 2.在姿位引流過程中應鼓勵病童多做深呼吸咳嗽。
- 3.注意病童呼吸及脈搏變化。
- 4.注意病童任何不正常的表現及行為(如咳血、缺氧、頭昏、倦怠等)。

## 二、叩擊法介紹：

### (一)方法：

1.手呈杯狀，保持手指微彎曲，姆指緊靠食指，雙手有節奏的交替叩擊所要引流的部位或以拍痰器拍痰。只要操作正確，叩擊應該是無痛性的，最好用一質軟的衣服墊在胸壁上面，以保護寶寶的皮膚；應利用手腕關節自然活動彎曲的力量穩穩地觸及胸壁。

### 2.姿勢：

配合痰液的位置進行，採取原則為：有痰的部位應朝上。如：左側肺葉有痰----採右側臥，右側肺葉有痰----採左側臥。

3.可配合姿位引流一起執行，效果更為顯著。4.每個部位每次叩擊約 3~5 分鐘，叩擊速率約每秒 2-6 下，強度為不令病童感到痛為主，若有呼吸困難、面色發黑或發白等不舒適的情況，應立即停止。

(二)注意事項：

- 1.骨頭突出處、脊椎骨、胸骨、女性乳房、傷口及腎臟勿叩擊。
- 2.若有血液疾病(如血小板數小於 5 萬以下不做叩擊，小於 2 萬以下不坐震顫)及骨質酥鬆、咳血、肋膜炎、過度疼痛、高度危險自發性氣胸等疾病等，應遵守醫師的特別指示，避免叩擊動作。