

# 如何清除肺內痰液

有效清除肺內痰液可以讓肺獲得較好的換氣，藉由如姿位引流及背部叩擊等胸腔物理治療方式，來促使痰液排出。

## 壹、認識姿位引流

### 一、什麼是姿位引流：

藉著體位改變，使痰液利用重力原理而排到氣管中，然後排出痰液。

### 二、常擺的姿勢：



圖一 前胸有痰時的姿勢



圖二 右後側胸有痰時的姿勢



圖三 左側胸有痰時的姿勢



圖四 下胸有痰時的姿勢

三、飯前 1 小時或飯後 2-3 小時執行，每天 2-4 次。

四、每次維持引流姿勢約 5~15 分鐘，但依病人情況而定，注意安全。

五、姿位引流後，配合背部叩擊、震顫、有效的咳嗽及深呼吸使肺部痰液鬆動，讓痰液更容易被咳出來。

六、具有下列情況則不適合執行姿位引流：

(一) 身體虛弱、無法耐受姿位引流的姿勢。

- (二) 具有心臟病史，無法耐受姿位引流的姿勢擺位。
- (三) 頭部有受傷或顱內壓升高的情形。
- (四) 肺氣腫、咳血或移動性骨折的病人。

## 貳、認識背部叩擊

### 一、什麼是背部叩擊？

藉由手和皮膚之中的空氣震動，鬆動肺部黏稠分泌物，以利排出。

### 二、操作方法：

手掌彎成杯狀。有規律的移動扣擊，叩擊聲音為一個空洞聲，每分鐘 120-180 次之速率，雙手交替拍打病人背部，使該部位痰液鬆動。如下圖：



### 三、每次執行 10~15 分鐘。

### 四、避免拍擊脊椎、心臟、腎臟、骨頭突出處、乳房等位置。

### 五、具有下列情況則不適合背部叩擊：

- (一) 有出血傾向者。
- (二) 有肋骨骨折或癌細胞肋骨轉移者。
- (三) 高度危險之自發性氣胸者
- (四) 不穩定心血管疾病。

## 參、注意事項

- 一、施行時間：最好在飯前 1 小時或飯後 2 小時及姿勢引流後、起床後或夜間休息前執行。
- 二、注意病人呼吸次數、型態，觀察痰液量、顏色、黏度及味道。
- 三、注意病人其他不舒服的反應：如咳血、頭昏、血壓、呼吸、或脈搏不穩等，如有則應立刻停止。

#### 肆、諮詢服務電話

(02) 89667000 轉 4571 (呼吸照護中心)

(02) 89669000 (預約掛號專線)

#### 伍、參考文獻

陳夏蓮、葉明珍 (2021)，呼吸系統疾病病人之護理，胡月娟總校閱·成人  
內外科護理學(上冊)(六版，1024-1030 頁)，華杏。

亞東紀念醫院護理技術標準 (2020)·胸部叩擊護理標準·新北市。

---

#### 陸、複習一下

問題 1：( ) 背部扣擊時，手掌要彎成杯狀？

問題 2：( ) 背部扣擊時，必需避開脊椎、心臟、腎臟、骨頭突出處、乳房等位置？

問題 3：( ) 背部扣擊的適合時間是飯前 1 小時或飯後 2 小時？

正確答案：

問題 1：○ 問題 2：○ 問題 3：○

編印單位：護理部 5R (CM-003)
編印日期：2005 年 12 月 11 日第 1 版
修訂日期：2022 年 06 月 30 日第 7 版
全院編碼：亞東醫院出版品(SH419)
材物編碼：MS4905A827
宗 旨：持續提升醫療品質 善盡社會醫療責任
願 景：成為民眾首選的醫學中心