

 佛教慈濟醫療財團法人台北慈濟醫院
呼吸困難的護理

呼吸困難是一種主觀感受，病人呼吸時自覺不適、痛苦，主觀描述胸悶、窒息、無法呼吸、吸不到空氣或感到空氣微薄，並發生呼吸急促、過度換氣的現象。

可能導致的病因：癌症本身引起肺水腫、肋膜或心包膜積水、腫瘤壓迫等；治療引起：如外科手術、放射線治療及化學治療等；身體過於虛弱：如癌末病人常因長期貧血、營養不良造成惡病體質；或其他的病況：如慢性支氣管阻塞、充血性心衰竭、憂鬱及焦慮等心理、社會層面因素，也可能造成呼吸困難的情況。

如何減輕呼吸困難時的不適，你可以做的是：

※經常保持心情愉悅，避免生氣、憤怒、焦慮及緊張。

※病人運動時避免過劇、過量以免引發氣喘。

※鼓勵病人表達自覺呼吸困難的感受並予以解釋：如常擔心會窒息死亡或睡覺時停止呼吸等。

※盡量穿寬鬆的衣物，並解開前襟扣子或胸罩扣，可用小風扇幫忙保持室內空氣流通。

※協助病人採舒適臥位，身體凹陷處以枕頭支托。

※病人因時常採取坐姿，需小心臀部褥瘡的出現，並提醒姿態的變換。

※轉移注意力：如祈禱、聽唸佛機默念、聽輕音樂或和他談論其他的事情，能使心情放鬆。

※按醫師指示給病人服用止喘劑。

※輕輕的提醒病人心情慢慢地、以鼻子吸氣，再由嘴巴吐氣，反覆幾次，並在旁陪伴支持病人，以減輕焦慮不安，亦可以同時配合放鬆精油的使用和肌肉按摩。

※若以上措施無法改善症狀，則需聯絡醫護人員協助處置。

敬祝您 身體健康 平安吉祥

佛教慈濟醫療財團法人台北慈濟醫院 諮詢專線 02-66289779 轉 3611

FNB00D014-F4