

有效咳嗽及拍痰

一、目的

協助鬆脫附著在支氣管或氣管上的痰液，以利排除，維持呼吸道通暢。

二、拍痰設備

1. 手掌：弓起如杯狀：五指併攏、屈曲，呈空心狀，手腕保持輕鬆，快速做上下叩擊動作。



2. 拍痰杯



三、拍痰方法

1. 協助病人側躺，照護者面對病人。
2. 將手掌呈弓杯狀或使用拍痰杯。
3. 拍痰方向應由下往上拍，利用手腕自然彎曲的力量穩穩地叩擊後背，可雙手交替拍打或單手叩擊，在後背做規則有力的拍擊。
4. 拍痰頻率為每分鐘 100 下，每一側拍 **10-15** 分鐘，避免直接叩擊肩胛骨、脊柱、後腰腎臟處、開放性傷口及疼痛的部位。



四、拍痰注意事項

1. 每天做 3~4 次，最好選擇睡前、飯前一小時或飯後兩小時，以避免造成嘔吐不適或吸入性肺炎。
2. 正確的拍痰聲是「啵啵」中空聲，而非拍掌的聲音，且病人不會感到疼痛。



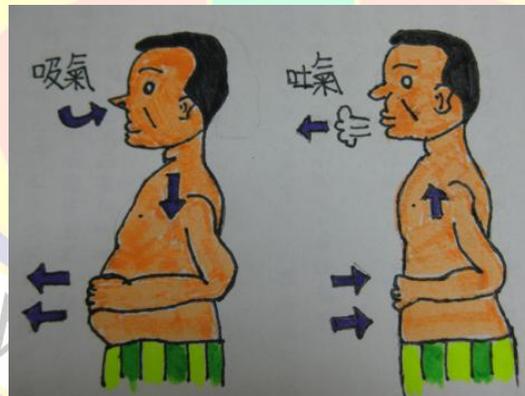
國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您

3. 過程中應注意臉色是否蒼白，呼吸是否順暢，若有發紫或嘔吐，不停咳嗽時，應先暫停並清除口鼻分泌物。
4. 清醒者可鼓勵深呼吸及下床活動，臥床者每 2 小時翻身以增進肺部功能。
5. 若無禁忌者，請飲用足夠水分每天約 1500-2000ml，可促進痰液稀釋，以利痰液排出。
6. 痰液太黏稠者，建議與醫師討論增加水霧氣化痰或祛痰藥物。
7. 如有下列情形時勿叩擊：咳血或棕色痰、連枷胸或其他胸部外傷、脊椎骨折、肺出血、肺血栓症、肺膿瘍、肺癌或肺癌轉移者、乳房切除並以矽質植入患者、肋骨骨折、肋骨有轉移性病灶、嚴重骨質疏鬆、嚴重支氣管痙攣。

五、有效咳嗽

清醒的病人拍痰後，鼓勵其以鼻慢慢深吸氣，可用(吸-停-吸-停)的方式反覆吸氣 2-3 次，最後一次吸飽氣後閉住氣，**按住腹部用力把痰咳出**，可協助呼吸道有效排出痰液。



參考資料來源：成大總院 10A

製製作單位：RCW

製作日期：111.06

修訂日期：113.08

DL-07-1-006



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您