

# 認識肺阻塞

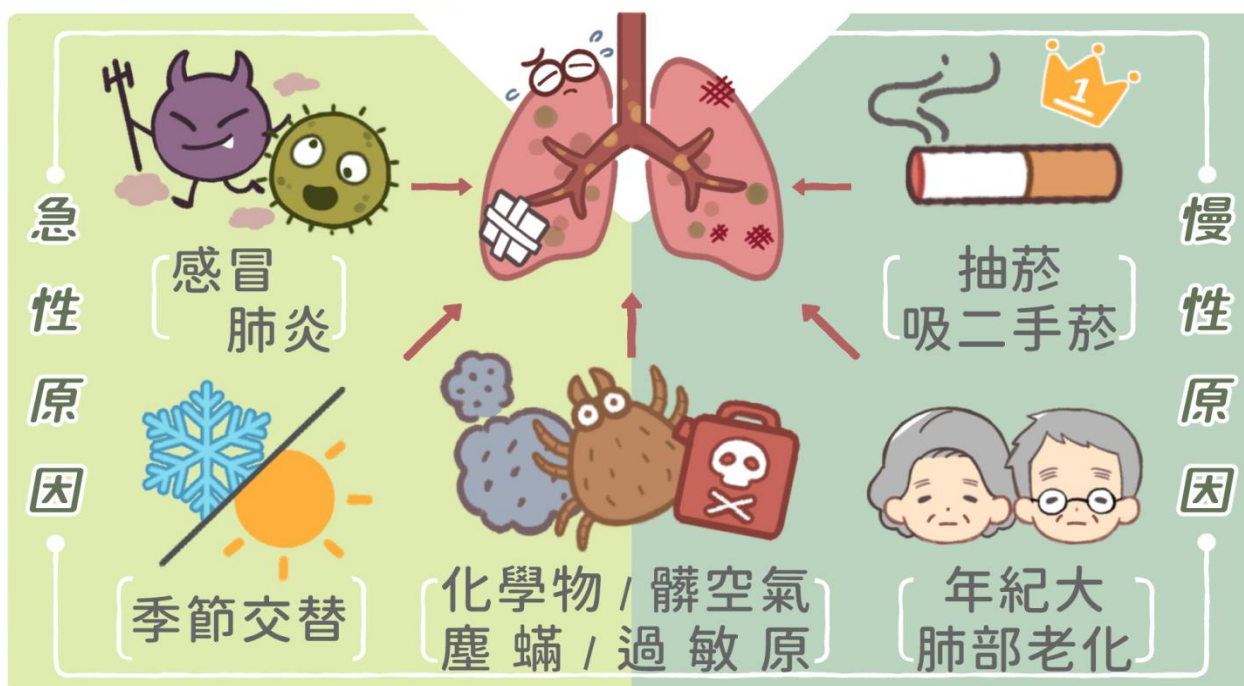
/慢性阻塞性肺疾病/

又稱COPD，台語「肺<sub>ㄟ</sub>塞<sub>ㄟ</sub>病<sub>ㄟ</sub>」  
 主要是呼吸道長時間受到  
 髒空氣的刺激，導致慢性發炎  
 受損阻塞，造成呼吸不順暢

## 常見症狀

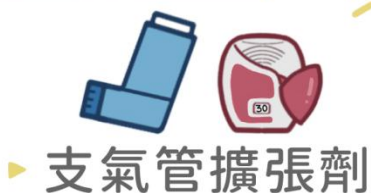


## 為什麼會肺阻塞？



## 藥物治療

按時服藥與吸藥，定期回診很重要



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您

## 回家怎麼做？



戒菸  
拒二手菸



加強拍痰  
有效咳嗽



少量多餐  
低醣高纖高蛋白



避免感染  
注意保暖



疫苗注射  
(流感/肺鏈)



氧氣治療  
血氧88~92%



學會使用  
救急吸入藥



發燒、喘、痰多  
盡速就醫

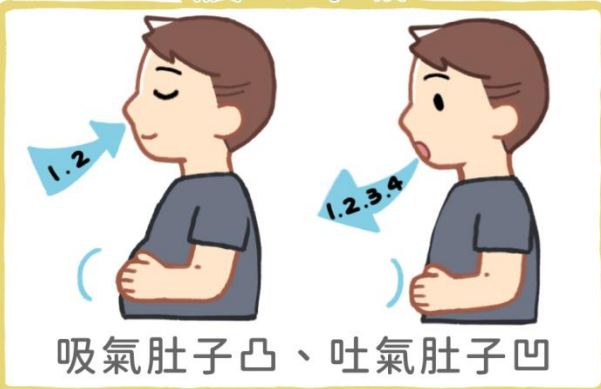
## 肺復健運動

每週3天，每次30分，健肺養肌好呼吸  
運動時須注意安全，避免過度訓練造成呼吸喘

### 噤嘴式呼吸



### 腹式呼吸



### 上肢運動



### 下肢運動



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您