



# 認識肺炎及照護須知

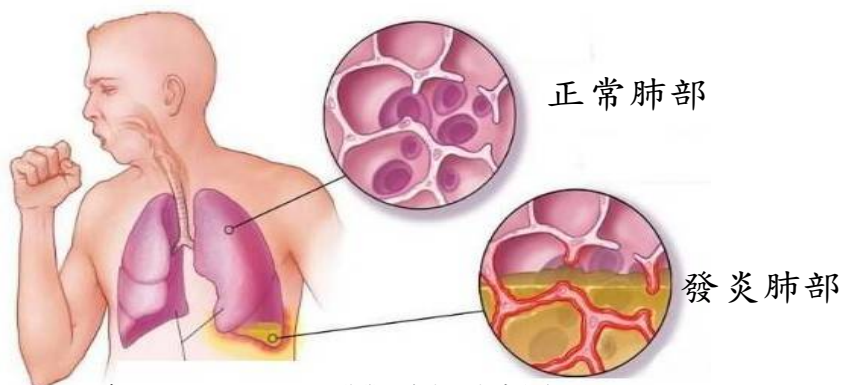


阮綜合醫院  
阮綜合醫療社團法人  
YUAN'S GENERAL HOSPITAL

2019/02 制定、2023/12 修訂

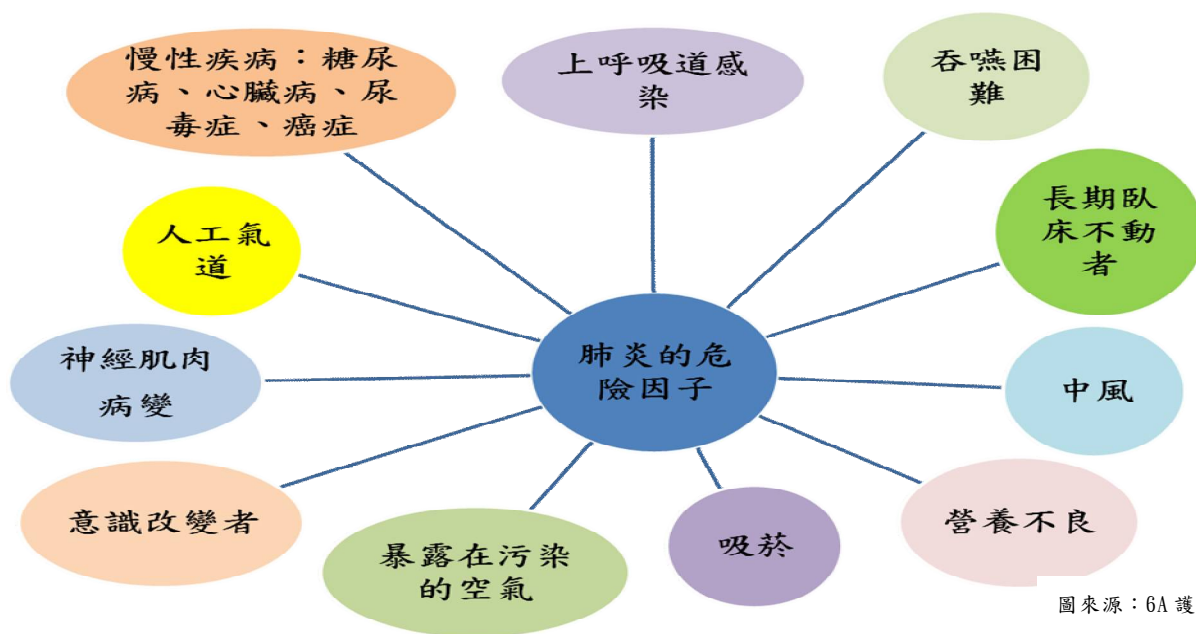
## 一、肺炎的定義：

肺炎病原(細菌、病毒、黴菌、結核菌)入侵下呼吸道引起肺實質發炎反應，發炎性滲出液充滿肺泡內。



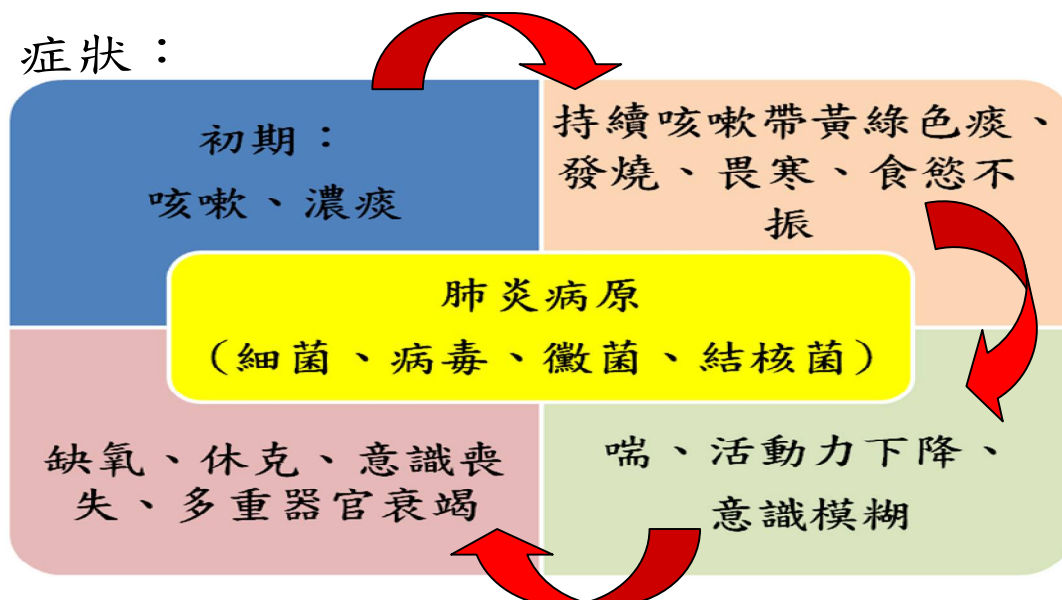
圖來源：1998-2021 Mayo 醫學教育與研究基金會 <https://reurl.cc/orzXn5>

## 二、發生肺炎的危險因子：



圖來源：6A 護理站

## 三、症狀：



圖來源：6A 護理站

#### 四、住院照護注意事項：

1. 戒菸。
2. 避免暴露於冷空氣中，睡覺時頸部應保暖。
3. 適當攝取蛋白質及維生素物質，增強免疫力。
4. 老年人應以軟質食物，喝水要小心，吃東西不可說話，防止噎咳。
5. 飲水以溫開水，避免冷飲或冰製食品或刺激食物。
6. 飯後以海綿或牙膏牙刷、漱口水，刮舌板清除舌頭背面以減少細菌殘留。
7. 教導深呼吸及咳嗽，以枕頭固定胸壁以增進舒適，鼓勵將痰咳出，若長期臥床者每2小時翻身、拍背，促進痰液咳出。
8. 休息時多變換臥位，利於肺臟膨脹和促進呼吸。
9. 增加活動量時，應注意要漸進式增加活動。
10. 依照醫師的指示服藥及抗生素治療。

#### 五、出院後照護注意事項：

1. 除去危險因子，例如有抽菸者，應教導戒菸的重要性的方法。
2. 平日要足夠的睡眠、休息、營養和運動，特別是需多深呼吸咳嗽運動，以增加身體的抵抗力，減少感染的機會。
3. 注意天氣變化或在感冒流行時或身體抵抗力較弱時，勿到公共場所及避免和感冒的人接觸，並且常洗手。
4. 居住環境須保持良好通風。
5. 若出入公共場所務必戴口罩，減少感染機會。
6. 若服用抗生素者，遵從醫師指示按時持續服用，避免隨便停藥，而且要定時回診。
7. 若痰量增加、變黃、劇烈咳嗽、呼吸困難，應立即就醫。
8. 肺炎的高危險病人，例如：年滿65歲以上老人每年應施打流行性感冒疫苗、建議施打肺炎鏈球菌疫苗，以預防發生肺部感染。

參考資料：劉雪娥總校閱（2021）·呼吸系統疾病之護理·於于博芮等編著，成人內外科護理（上）（第八版二刷，1159-1166 頁）。

製作單位：護理部 6A 護理站

諮詢電話：07-3351121 轉 2610