

胸部物理治療（胸部叩擊法）之衛生教育指導

2002/08/31 修訂 2005/02/28 修訂
2006/06/15 檢閱 2008/12/29 修訂
2011/10/18 修訂

※胸部叩擊（拍痰）方法如下：

- ✦ 用餐前 30-60 分鐘叩擊，每次叩擊 3-5 分鐘，每天 3-4 次，尤其是睡前及早上醒來用餐前做叩擊效果最佳。
- ✦ 手呈杯狀，保持手指微彎曲，拇指緊靠食指，掌面朝下，利用手腕關節自然活動彎曲的力量穩穩的叩觸胸壁，叩擊時會發出「波波」聲（此技巧請經由醫護人員教導後再執行）。
- ✦ 叩擊方向由下往上，由旁邊往中間叩擊，叩擊後痰液會鬆動，以利痰液咳出；亦可使用拍痰器或按摩棒。
- ✦ 骨頭突出處、脊椎骨、胸骨及腰部不可叩擊。
- ✦ 注意其臉色，叩擊中若有臉色發紺、呼吸困難，應抱起暫停，清除口鼻分泌物（可使用吸球吸出），等呼吸平穩改善後再執行叩擊；若是腦部或心臟病患易發紺者，則採平躺側臥姿勢。

（凡是有痰的部位應朝上，例如左側胸壁有痰應給右側臥；右側胸壁有痰應給左側臥）。
- ✦ 衣物勿穿太厚，只穿一至二件薄衫，冬天則注意室溫勿太冷。

羅東聖母醫院 敬祝健康