

呼吸困難患者之 安寧舒適照護

主講者：簡慧祝

日期：2019.05.25



晉生
醫療社團法人
慢性醫院·護理之家
Jin San Chronic Care Hospital. Jin San Nursing Home

藥局
Pharmacy

Make An Appointment



~沒有高深的學術理論， 只有生命與照護經驗的分享~

自我介紹：

中華醫事護理系二技學士 / 103年度畢業

經歷：

- (1)慈濟醫院外科加護病房/護理師/3年
- (2)郭綜合醫院內外科加護病房/護理師/4年
- (3)柳營奇美醫院內科加護病房/護理師/2年
- (4)台北恩主公醫院外科病房/護理師/2年

現職/年資:晉生慢性病醫院資深護理師/10年

證照: 急重症護理師認證考試通過證書、
長期照顧Level I、長期照顧Level II證書
通過安寧緩和護理專業基礎及進階課程訓練證書



大綱

- 前言
- 呼吸困難的定義
- 呼吸困難的原因
- 呼吸困難的評估
- 呼吸困難的照護處置

前言:

『生命只在一呼一吸之間』，在疾病末期與臨終前或進入緩和治療的病人中，呼吸困難為常見症狀之一，熟悉各種呼吸困難的評估方式，提供各種改善呼吸困難策略或建議，期望減輕病人及家屬的焦慮不安，改善末期安寧病人照護與生活品質。



- 呼吸困難、死亡嘎嘎聲(death rattle)咳嗽與咳血等，是癌末病人常遭受的呼吸系統不適症狀；尤其呼吸困難一直是癌末症狀中最棘手的難題之一。
- 喘或呼吸困難是一種呼吸不適的主觀症狀，也是末期病人所經歷過最痛苦的症狀之一，比起疼痛或其他癌末症狀，呼吸困難所伴隨而來的不適或窒息感，更容易讓病人感到焦慮、無助與死亡的威脅。



呼吸困難

- ◆ 為病人主觀感受，約有70%癌末病人發生
- ◆ 呼吸困難程度常與原來疾病不一定有關
- ◆ 在癌末病人常伴有焦慮或害怕窒息
- ◆ 詳細評估:併發狀況(休息或動作...)、呼吸狀況(深度、喘鳴...)意識狀態、異常呼吸聲、皮膚顏色...
- ◆ 較常作之檢查:、血色素、血氧濃度、超音波...

呼吸困難評估影片

- ◆ 評估呼吸速度（胸部一起一落為一次，正常每分鐘約14~20次）、胸腹部起伏的規律與大小、病人外觀如：緊張、不安、出汗、發紺等呼吸困難症狀。
- ◆ **Glossoptosis high obstructive dyspnea** 口腔中痰液阻塞呼吸道

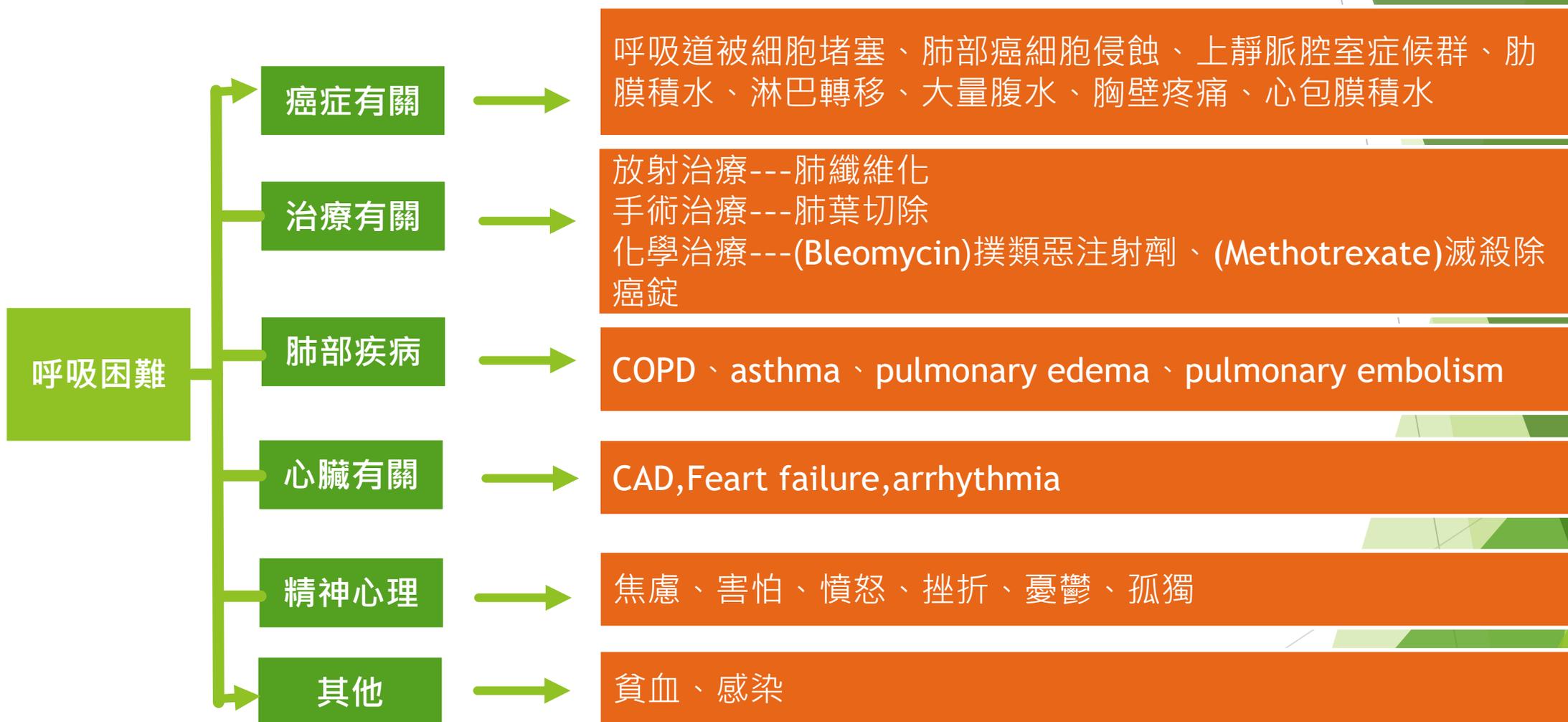


<https://www.youtube.com/watch?v=ElxHBvXFe04>

案例一

- ▶ 呼吸困難示範影片(鼻腔分泌物阻塞)

呼吸困難原因:



導致呼吸困難之相關因素

■ 腫瘤或治療引起

■ 疾病併發症或衰弱引起

- 貧血
- 惡病質
- 腹水
- 代謝性酸中毒
- 肌肉無力
- 發燒
- 肺炎

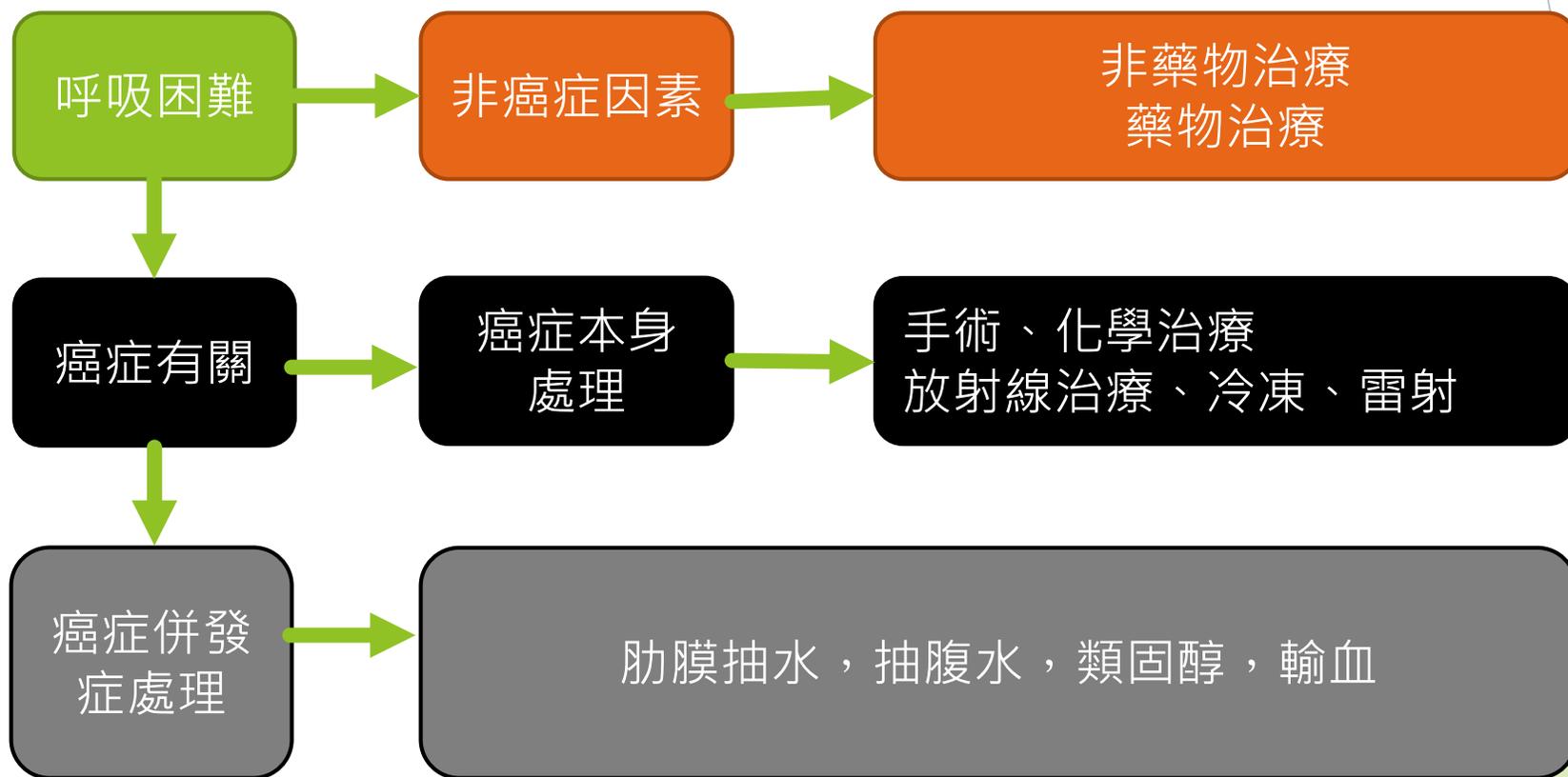
■ 罹患其他疾病

- 肋骨骨折、胸壁畸形
- 慢性阻塞性肺部疾病
- 肺擴張不全、氣喘
- 肺栓塞、氣胸
- 心臟衰竭
- 神經肌肉疾病
- 肥胖
- 其他
- 甲狀毒血症
- 心理社會因素
- 焦慮

案例二

- 呼吸困難示範影片(慢性阻塞性肺疾病)
- 臺南市政府辦理輔具及居家無障礙環境改善服務
- http://www.chimei.org.tw/main/cmh_department/5510A/html/06-%E5%8F%B0%E5%8D%97%E8%BC%94%E5%85%B7%E7%A7%9F%E5%80%9F.htm(台南輔具租借)

呼吸困難：



案例三

- ▶ 呼吸困難示範影片(呼吸道清除功能失效/痰液/噎食/異物)

呼吸困難的評估(STAS)

- 0:沒有
- 1:輕度呼吸困難-正常活動力，病人並沒有受到影響。
- 2:中度呼吸困難-部分活動受到限制。
- 3:重度呼吸困難-輕度活動時會出現呼吸困難，活動力及注意力會受到影響。
- 4:嚴重持續的呼吸困難-在休息時也會出現呼吸困難症狀。

處置方法

- 維持舒適臥位：
- 可將床頭搖高或用枕頭把頭部墊高
- 半坐臥位，或採坐姿趴在放有枕頭的床上桌，會讓病人較容易呼吸。



- 腹式呼吸：教導病人以腹部橫膈膜吸飽氣後，蹶嘴緩慢呼氣。
- 增加空氣氣流：開窗戶或使用小電風扇吹拂病人的臉頰，可以刺激顏面三叉神經，讓病人感覺空氣涼爽，呼吸會較為舒暢。也可使用柑橘、檸檬味道精油燈，讓病人感覺空氣清新。



- 使用氧氣的病人，以鼻導管給氧較為舒適。
- 當病人使用氧氣或張口呼吸會使口腔變乾，可經常給予口腔護理與濕潤。



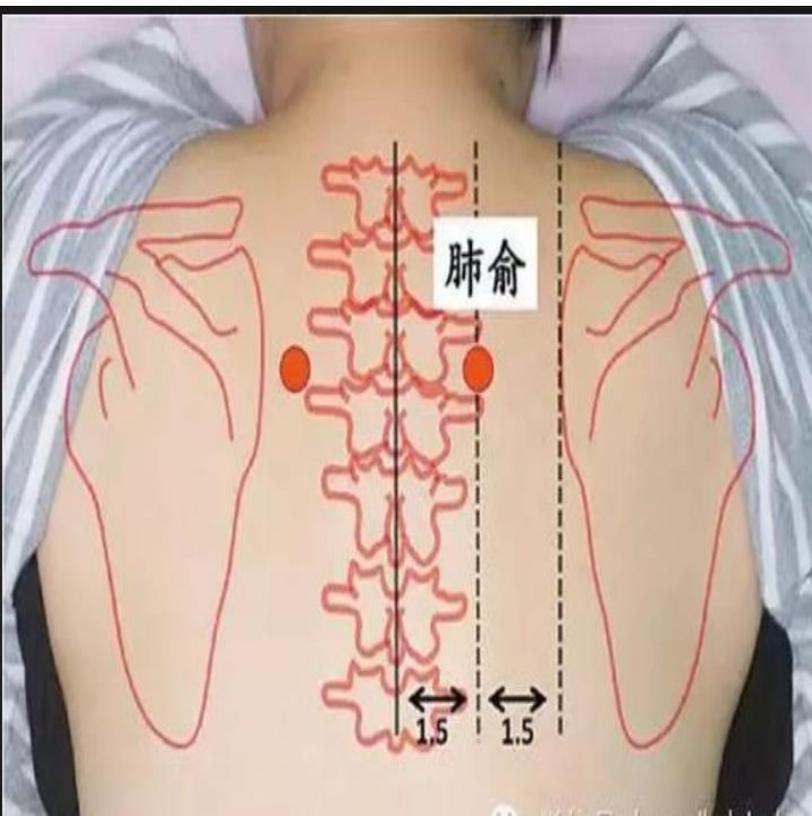
- 若病人有痰，可在**二餐中間**給予蒸氣吸入後(使用醫囑吸入液或0.45%生理食鹽水)，協助做背部扣擊，每次約5~10分鐘，再鼓勵病人咳痰。
- 拍痰時避免拍到腎臟、脊椎及疼痛的地方。

呼吸困難 肺部也要復健

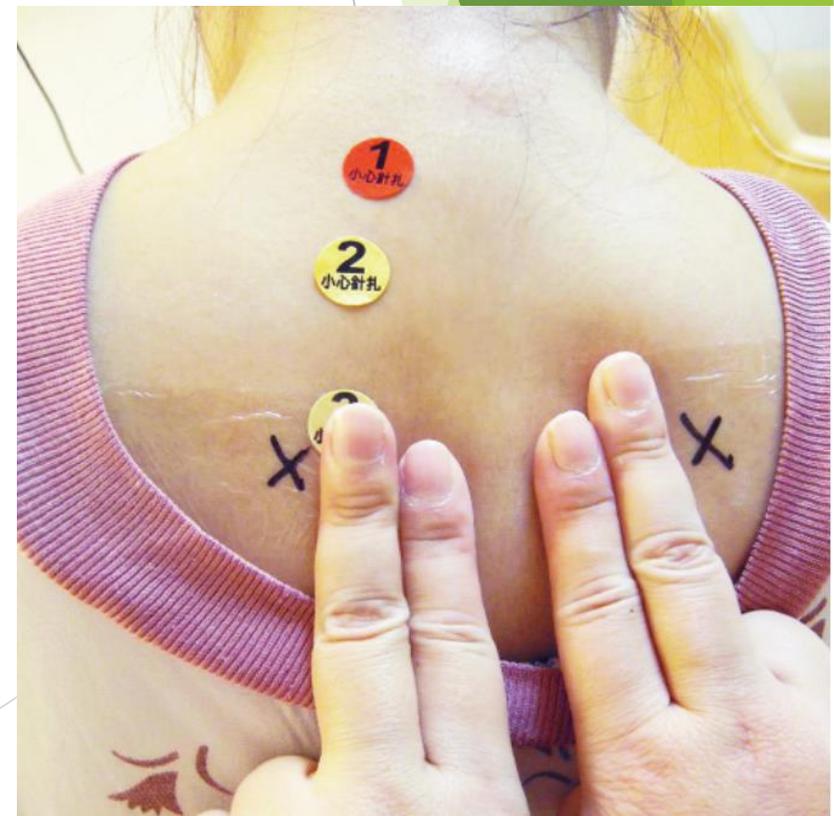
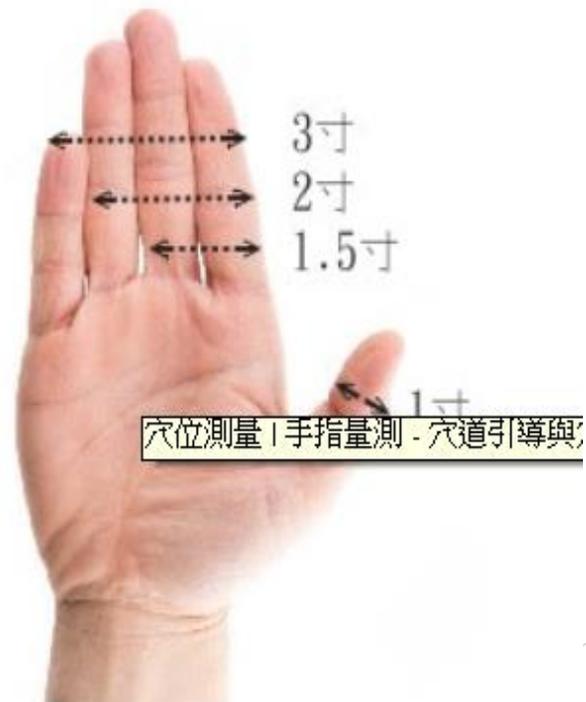
<https://www.youtube.com/watch?v=3mGsY6hVmAI>



- 可按壓穴位「肺俞」，一次指壓時間為3~5分鐘，一天1~3次。
- 「肺俞」：背部第三胸椎棘突下（身柱）旁開1.5寸處。約與肩胛岡內側端相平。



穴道指寸測量法



藥物治療處置方法:

- ✓ 止痛藥
- ✓ 支氣管擴張劑
<https://www.youtube.com/watch?v=tuATZmfddA>
- ✓ 鎮靜劑
- ✓ 氧氣輔助: 氧氣鼻導管、正壓呼吸器

https://www.youtube.com/watch?v=LlbwYaOcGxg&list=PLycimTv3uK8-7tx2PiXOfLUPMvqr_8zMv&index=4

Parents allow child to make life, death decision

是一個五歲的孩子選擇天堂嗎？



非藥物治療

- ✓ 涼爽氣流、空氣流通、小電風扇(顏面神經)
- ✓ 口腔護理:消除異味：**綠茶水**（含茶多酚可去味殺菌）或精油類（茶樹、檸檬、薄荷精油最為常用，滴一滴在100cc溫開水中漱口，勿吞服）。集中照護護理
- ✓ 舒適的翻身擺位
- ✓ 芳香療法：檸檬、薄荷、尤加利或薰衣草等方法，可幫助患者放鬆心情，舒緩情緒，而降低其呼吸困難的感覺
- ✓ 按摩
- ✓ 音樂療法：https://www.youtube.com/watch?v=hsGOT_0L16U
想像治療
- ✓ 安靜陪伴(家屬)

溫馨小叮嚀：

- ▶ 當病人處於驚慌性窒息時，陪伴及輕柔的解釋非常重要。
- ▶ 要先穩定自己及病人的情緒，不要讓害怕加重了喘的症狀。
- ▶ 接著評估病人是不是有哪裡不舒服，通常疼痛也會引起呼吸加快，造成病人呼吸喘。
- ▶ 此時家人的支持與陪伴對病人相當重要，要鼓勵他、給他信心
- ▶ 必要時可以轉移病人的注意力，和他談談其他事情，不要讓病人專注在喘這件事上。



感謝大家聆聽~~敬請指教