

# 小兒正確拍痰注意事項

衛教小組 NJ0240201

## 一、前言

呼吸道感染是小兒科常見的問題，小朋友因為較無咳痰能力，所以常因感冒、細支氣管炎或肺炎導致的咳嗽很久都不會好。由於痰易積於肺部深部，逐漸發生呼吸困難，甚至呼吸衰竭，因此您有需要學習如何為您的小朋友拍痰。

## 二、為什麼要拍痰

小孩子咳嗽嚴重有痰，是必須用正確的方法拍痰，否則痰在氣管內便會導致咳嗽不停及病情變壞，由於痰在肺之深部，而且小孩還無法控制自己把痰咳出，所以須父母利用拍痰方法及重力原理，使用手在拍背時所造成的震動使氣管壁上之痰液鬆脫，再加上姿位引流，將使痰液容易咳出，進而改善呼吸情形，使寶寶病情早日康復。

## 三、拍痰正確姿勢

(一) 讓小朋友趴在您的大腿上，呈頭低臀高的姿勢，約傾

斜 15-20 度，必要時腹部可墊枕頭，增加舒適感。

(二) 側臥於床上，使有痰部位朝上，腹部可墊枕頭支撐。



## 四、拍痰正確方法

(一) 小兒應穿著軟質的棉衣保護皮膚。

(二) 拍痰時執行者盡可能摘除手上之物品，以免造成傷害。

(三) 採頭低腳高的姿勢，若在床上棉被或枕頭墊高，並注意安全勿滑落。

(四) 叩擊法：加強使痰鬆脫、移動，易於引流出。

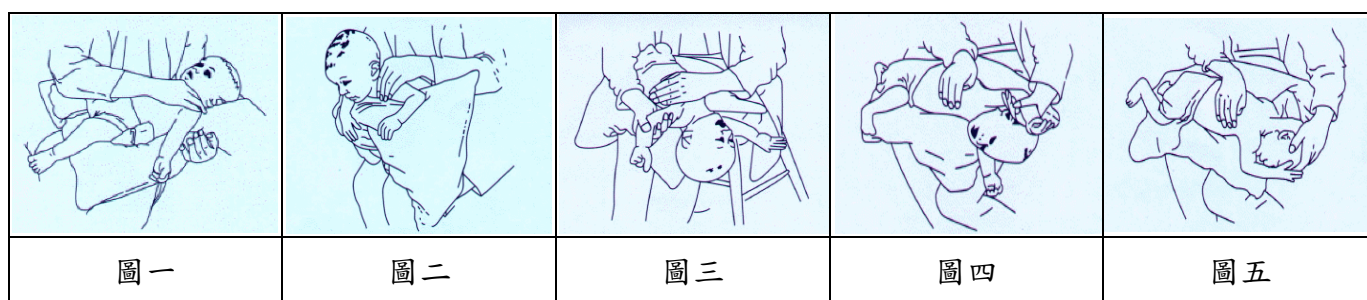
(五) 拍痰手掌成杯狀（掌心中空的杯子狀）。掌面向下，利用手腕關節自然活動彎曲的力量，穩穩地觸及胸壁，要有”ㄅ、ㄅ“聲，但骨頭突出處、脊椎骨及腰部以下不可拍擊。



治療者弓起手掌呈杯狀，如右圖：

## 背的部位

- 仰躺頭高，由肩部往下拍前胸左右側（圖一）。
- 臉朝下頭高，由肩部往下拍後背的左右側（圖二）。
- 臉朝上頭低，由肋骨往肩部拍前胸（圖三）。
- 側躺手臂提起，由腰往腋下拍擊（圖四）。
- 臉朝下頭低，由腰往肩部拍後背左右側（圖五）。



1. 只要操作正確，叩擊應是無痛性的，可利用拍痰器協助拍痰。
2. 拍擊方向由背部下方、側邊往上，每次左右兩邊各拍 3-5 分鐘，一天至少 4-5 次，早上起床後，早餐前或飯後 1-1/2 小時或睡覺前做，以避免嘔吐。

## 五、拍痰及應注意事項

- (一) 拍痰時間：進食或喝奶前三十至六十分鐘或飯後兩小時，每次拍十五至二十分，每天拍四至六次，尤其是睡前及早上醒後喝奶前拍痰效果最佳。
- (二) 病童在拍痰時衣服勿穿太厚，只穿一件至兩件薄棉衫。
- (三) 注意嬰兒臉色，呼吸是否順暢，若有發紫或嘔吐、不停的咳嗽，先抱起暫停，並清除口鼻分泌物，等呼吸平穩改善後再拍。
- (四) 一般小兒不會咳痰，姿位引流可使痰引流到口咽部，小兒將痰吞到肚子，再由糞便排出。補充適當水份，促進痰液稀釋易於排出。住院期間有靜脈點滴使用，時間內供給足夠糖份及電解質。

若有任何疑問，歡迎您與我們聯絡  
祝您 身體健康 萬事如意