



癌症病人呼吸困難護理指導

2009.07 制定

2022.11 修訂

一、什麼是呼吸困難：

呼吸困難是一種呼吸不舒服的主觀感受，會覺得無法吸到足夠的空氣，常有呼吸短促、窒息或溺水的感覺，使得病人恐慌，進而限制日常活動，約有50%-70%左右的癌末病人會出現呼吸困難的現象。

二、造成呼吸困難的原因：

(一)大部分為肺部水腫或肋膜積水、肺部發炎、心臟機能減退、呼吸衰竭、焦慮等。

(二)和癌症相關的因素：腫瘤壓迫氣管或肺部、支氣管阻塞、肺葉切除等。

(三)其他：慢性心血管疾病、慢性阻塞性肺病、肺栓塞、貧血、氣喘、電解質不平衡等。

三、呼吸困難相關處理方式：

(一)若為嚴重的貧血引起，醫師會視狀況改善貧血症狀，可能給予輸血。

(二)若有氣管痙攣、肺部發炎、發燒、肺部水腫或積水等症狀，須經由醫師評估後，依其症狀協助給予藥物治療，常用的藥物包括：支氣管擴張劑、類固醇、抗組織胺、嗎啡、利尿劑、鎮靜劑及抗焦慮劑等。

(三)可採半坐臥姿、坐姿，以利呼吸。

(四)若是有痰咳不出來，則每2小時給予翻身拍背排痰，或使用噴霧器使痰液濕化較易咳出，醫護人員視情況給予抽痰。

(五)因張口呼吸容易造成口腔黏膜乾燥，可給予口腔清潔或潤濕，以增進舒適。

(六)情緒緊張會加重不適感，需要有人在旁陪伴，以減輕焦慮不安。

(七)若有胸悶、胸痛、發抖、皮膚發紫、痰液變濃等呼吸困難情形加重，應立即通知醫護人員。

(八)環境上的佈置：

- 1.可使用枕頭，以協助病人姿勢獲得良好的支托，促進舒適。
- 2.使用精油，如：檸檬、薄荷、尤加利或薰衣草等，以輔助呼吸順暢及緩解焦慮情形。
- 3.將需要物品置放於病人雙手可及之處，並以溫和的語氣及適時的觸摸與在旁陪伴，以降低病人焦慮不安的情緒，避免加重呼吸困難的感覺。
- 4.維持室內通風良好，調整空調溫度或使用小型手持風扇吹拂臉部側面五分鐘，距離以病人舒適為主，刺激臉部三叉神經，可感覺到氣體在流通，以緩解呼吸困難的不適感受，但有傳染性疾病暫不建議使用，如下圖：



- 5.教導呼吸練習運動，包含(1)嘔吐吐氣運動，(2)腹式呼吸，每天三次，一次5-10分鐘，隨時可練習，減輕呼吸困難造成緊張與不適。

若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務，出院後如有任何疑問，可利用馬偕醫院健康諮詢專線—台北/淡水馬偕(02)25713760、新竹馬偕(03)5745098、台東馬偕(089)310150轉311，諮詢時間：週一至週五上午 9：00-12：00，下午2：00-5：00。

祝您 平安健康

