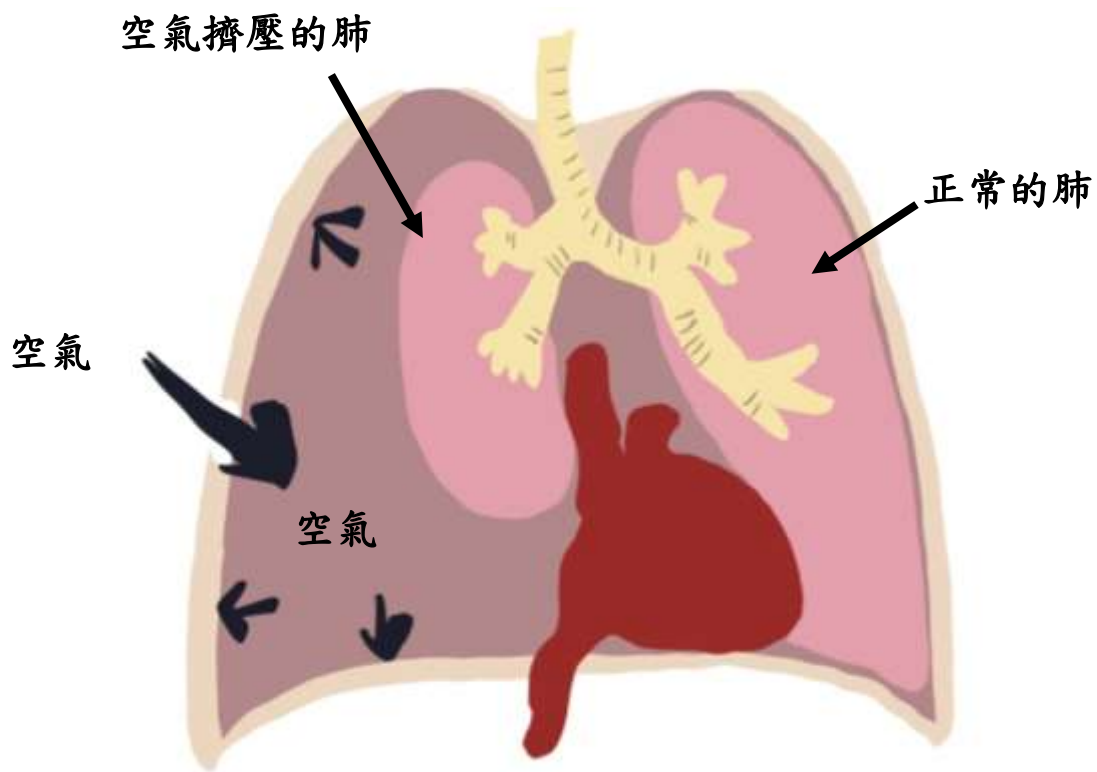




衛教編號:CS-005

2000.07.21 訂定
2023.08.25 (6 修)
2018.06.05 (13 審)

自發性氣胸之健康照顧



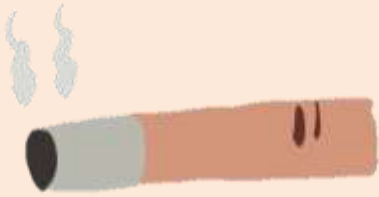
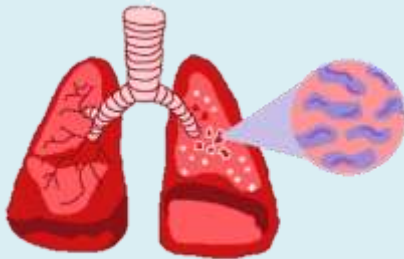
全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經胸腔外科專家檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

一、什麼是氣胸

氣胸是因為氣體堆積於肋膜腔擠壓肺部，造成肺部塌陷而影響呼吸。

自發性氣胸分為原發性(primary)及續發性(secondary)：

	原發性氣胸	續發性氣胸
病因	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 好發於肺部組織良好、無其他肺部疾病。 ➤ 由於肺部頂端出現不正 常的氣泡(可能與肺泡 破裂、遺傳或家族史有 關)。 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 常伴隨著其他肺部病變 的人較易發生。 ➤ 因肺部疾病造成肺部組 織脆弱，無法順利將氣 體排出而撐破肺泡。
高危險群	<p>吸菸者、年輕人(20-40 歲)、身材高瘦者(男性比例 較高)。</p> 	<p>肺部疾患，如：肺結核、 氣喘、慢性阻塞性肺疾 病、肺氣腫。</p> 

二、常見症狀

- (一) 前胸突然感到尖銳疼痛、有時有肩部輻射性疼痛、胸部緊縮感及咳嗽。
- (二) 有半數病人會出現呼吸速率加快、呼吸困難或是呼吸短促的情形。
- (三) 可能因為換氣不足，導致缺氧，造成全身倦怠無力或休克，嚴重者甚至會導致死亡。



三、常發生的活動狀態

- (一) 休息狀態。
- (二) 咳嗽。
- (三) 舉重物。
- (四) 運動。



四、治療及照護

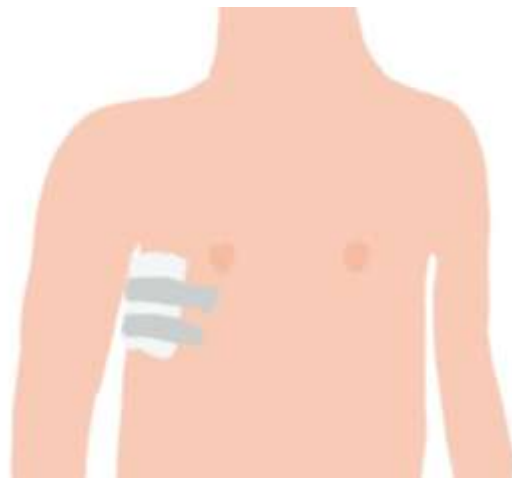
(一) 治療方法：

1. 氧氣治療：輕度自發性氣胸病人，使用氧氣治療時可改善低血氧並提高肋膜腔氣體的再吸收，使肺部擴張。

2. **放置胸管**：當氣胸的面積大於 15~20%，或已出現呼吸困難時，醫師會進行胸管置入，以利肋膜腔氣體之排出，促進肺部擴張，緩解呼吸困難症狀。
3. **外科手術**：當放置胸管後仍無改善，且產生血胸、張力性氣胸時，需行外科治療，例如：胸腔鏡或傳統開胸術，進行部分肺葉切除，使氣胸復發率由 30% 降至 5%。
4. **化學性肋膜沾黏法**：將特定藥物經由胸管灌注於肋膜腔，讓肋膜發炎、纖維化後，產生沾黏就可以減少氣胸復發。

(二) 手術後傷口照顧：

胸腔手術後傷口會以紗布覆蓋及美容膠貼覆(未露出傷口)，請依「胸腔外科出院傷口照護須知」衛教單張指示方法換藥，並每日觀察傷口是否有紅、腫、熱、痛及滲液情形。



五、日常生活注意事項

(一) 避免之事項：

1. 氣胸病人要注意避免氣壓變化大的活動，例如潛水、跳水、高空跳傘等。
2. 勿抽菸、避免二手菸及暴露空氣污染嚴重的環境。
3. 手術後一個月內避免太劇烈的運動，如：舉重、打籃球、踢足球、爬高山等。



- (二) 深呼吸的運動：緩慢吸氣到吸不了之後，摒住氣 3 秒以上，再慢慢將胸內的氣體吐出。
- (三) 保持規律生活，均衡飲食，維持最佳營養狀態，不要過於疲憊。
- (四) 自發性氣胸常是突然發生的，當出現呼吸困難及疼痛症狀時，請放輕鬆，勿驚慌，儘快由家人陪同到醫院。
- (五) 出院後若您有任何問題，請隨時回診。

六、結論

維持飲食均衡、保持規律生活及運動型態，避免氣壓變化大的活動及暴露於空氣污染環境，當出現呼吸困難及胸痛等不適症狀時，應立即就醫，及早治療。

七、資料來源

夏肇聰 (2021) · 青少年胸痛要小心是自發性氣胸 · *健康世界*, (531), 47-48。 <https://doi.org/10.6454/hw>

Porcel, J. M., & Lee, P. (2021). Thoracoscopy for Spontaneous Pneumothorax. *Journal of Clinical Medicine*, 10(17), 1-10. <https://doi.org/10.3390/jcm10173835>

Wilson, P. M., Rymeski, B., Xu, X., & Hardie, W. (2021). An evidence-based review of primary spontaneous pneumothorax in the adolescent population. *J Am Coll Emerg Physicians Open*, 2(3), 1-10. <https://doi.org/10.1002/emp2.12449>

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 氣胸是因為氣體堆積於肋膜腔擠壓肺部，造成肺部塌陷而影響呼吸。

是 否 不知道

2. 氣胸病人要注意避免氣壓變化大的活動，例如潛水、跳水、高空跳傘等。

是 否 不知道

3. 手術後活動無特別限制，仍可進行運動，如：舉重、打籃球、踢足球、爬高山等。

是 否 不知道

4. 自發性氣胸常是突然發生的，當出現呼吸困難及疼痛症狀時，請放輕鬆，勿驚慌，儘快由家人陪同到醫院。

是 否 不知道

5. 氣胸病史的病人，維持飲食均衡、保持規律生活及運動型態很重要。

是 否 不知道