

衛教編號：CM-001

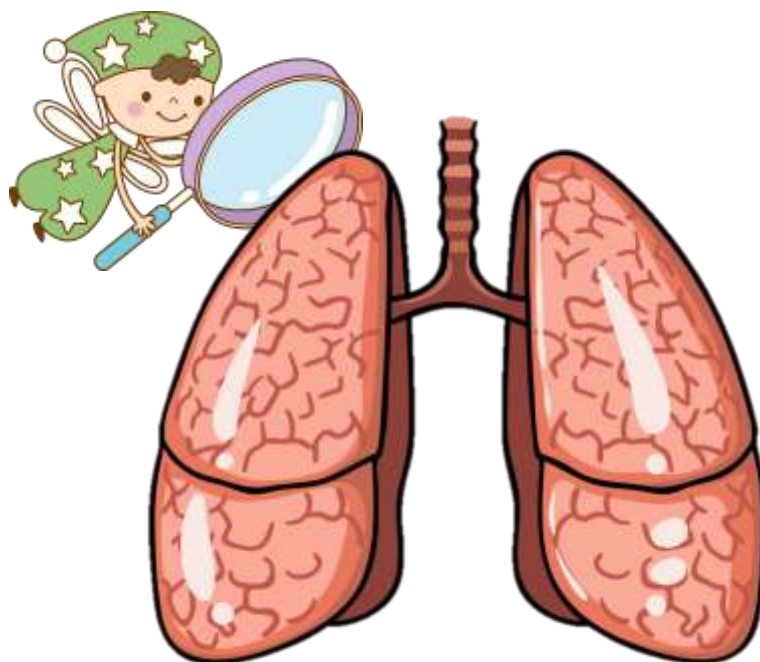
1996.12.06 訂定

2023.08.15(6 修)

2014.05.14(8 審)



## 認識氣喘病



全人智慧 醫療典範  
愛心 品質 創新 當責

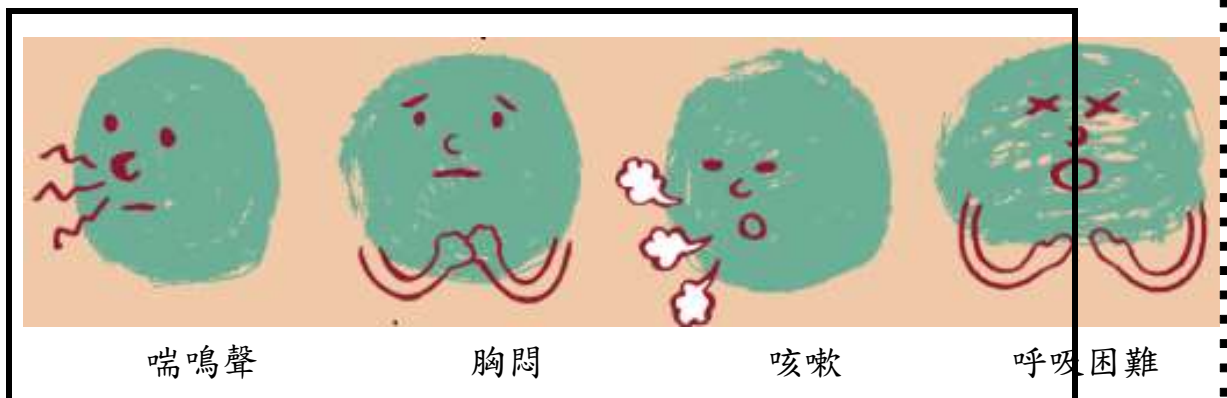
經胸腔內科醫師檢視  
臺中榮民總醫院護理部編印

## 一、何謂氣喘病？

氣喘病是一種呼吸道慢性的發炎反應，引起呼吸道黏膜腫脹，黏液過度分泌，造成呼吸道狹窄，而導致呼吸困難。若平時控制不好或遇到天氣改變、感冒，可能會引起氣喘病發作。有些氣喘發作是輕微的，有些可能會非常嚴重。

## 二、氣喘病的主要症狀

慢性咳嗽，胸悶，呼吸時出現咻咻聲，呼吸困難；特別常發生於夜晚、清晨或運動後。



## 三、易誘發氣喘病發作之危險因子

(一) 環境因素：可能與暴露過敏原相關，如：塵蟎、動物皮屑、黴菌等；空氣污染，如：交通污染、

抽菸等和環境中的化學物質如：甲醛。

(二) 與職業相關性氣喘：藥物、粉塵、木屑、化學品、消毒劑等。

(三) 遺傳與基因：基因使氣喘病發率提高，容易在特定環境暴露下引起發作。



#### 四、氣喘治療目標

長期目標：控制目前症狀，降低未來風險，減少急性惡化發生，

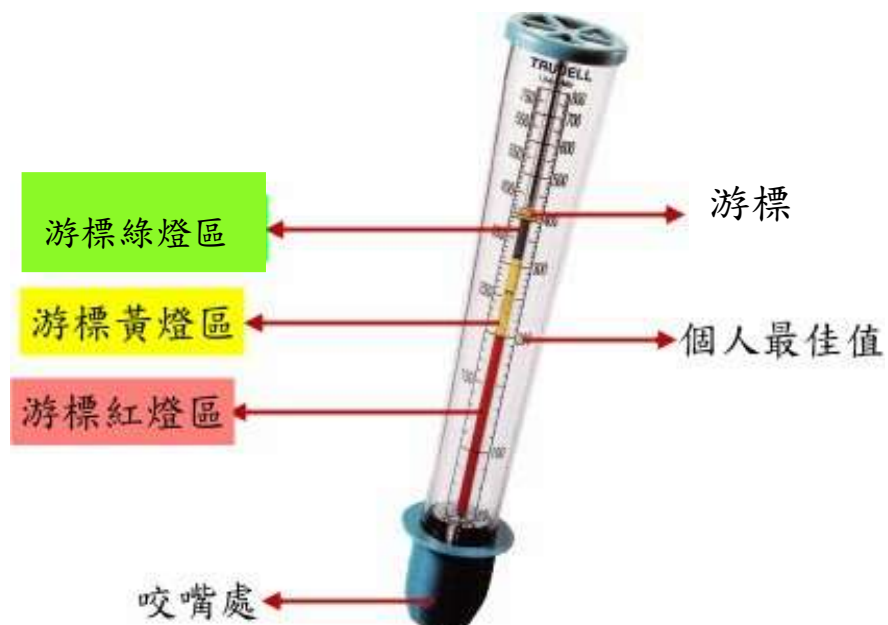
提早在氣喘發作前給予治療，可防止氣喘發作。

(一) 使用方法：

1. 移動尖峰吐氣流速計指示器到底部(歸零)，手指不可妨礙指示器移動。(圖一)
2. 站立姿勢，尖峰吐氣流速計水平放置於嘴。
3. 深吸氣後將尖峰吐氣流速計咬嘴置入口中，緊閉嘴唇，以最用力且快速的方式吹出，勿將舌頭放進吹管的洞口。
4. 重覆以上的步驟三次，取三次最好的吹氣數值記錄於氣喘日誌內。

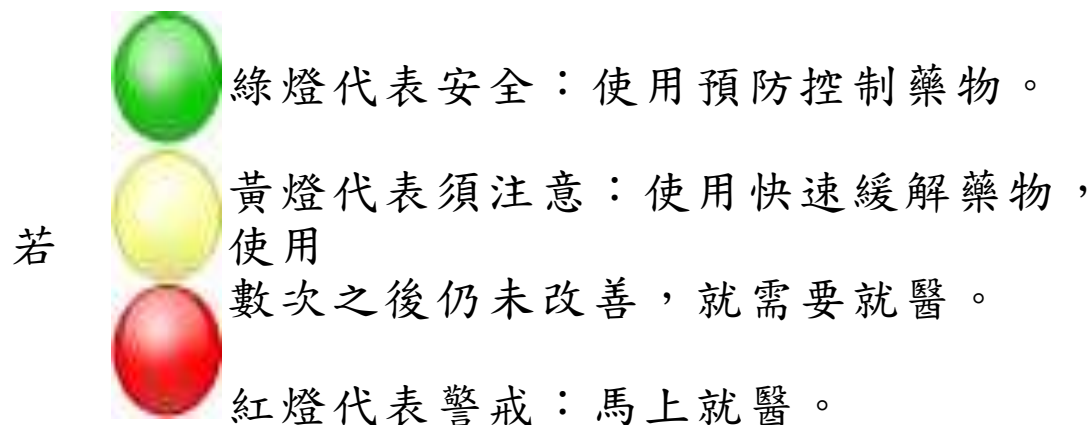
(二)使用時機：

1. 每日早、晚服藥及吸藥前。
2. 氣喘發作時、使用支氣管擴張劑前、後。
3. 自覺呼吸不適，隨時可使用。



圖一 尖峰吐氣流速計

(三)紅黃綠代表意義：



## 五、氣喘病治療方式

(一)非藥物治療：環境控制及避免引發誘發因素。

1. 塵蟎防治，移除毯子、地毯。使用防蟎床套、枕頭套、被套，不要使用草蓆。可使用簡單的睡袋、太空被、涼被，以熱水清洗床單、被套及陽光曝曬。
2. 避免家中飼養貓狗等寵物。
3. 保持室內通風，當室內有熱氣或烹煮時，需

打開窗戶。當戶外有很多汽車或工廠等排放的廢氣，或有大量花粉時，則需緊閉窗戶。

4. 對花粉過敏者，避免在家種植易造成過敏之植物。
5. 建議戒菸，遠離二手煙。
6. 可安排適量且規律之體能運動，但切忌避免激烈運動誘發氣喘劇烈發作。
7. 辨識工作環境有無過敏源，盡可能減少接觸。

## (二)藥物治療：

1. 改善呼吸道發炎的症狀，以吸入型類固醇作為治療藥物，於使用藥物後必須漱口，避免感染口腔念珠菌。
2. 以支氣管擴張劑擴張支氣管，改善因呼吸道平滑肌收縮引起的症狀。

常見吸入型藥物劑型種類：

(1)定量噴霧型吸入器 (MDI)



使用方法:使用前充分震搖噴霧劑，呼氣後含住延長管，按壓吸入器底罐，緩慢吸氣，閉氣 5-10 秒，若欲吸入第二劑時，應間隔 30 秒-1 分鐘再吸下一劑。

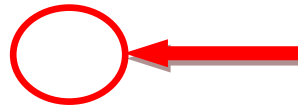
## (2) 定量乾粉型吸入器 (DPI)

### I. Turbuhaler (圖二)



- ◆ 使用方法:握住轉盤，先向右轉到底再左轉，聽到喀嚓一聲，吐氣(勿對吸入瓶吹氣)，口含吸嘴快速深吸一口氣，閉氣 5-10 秒，使用後需漱口。
- ◆ 剩餘劑量辨識:





1. 第一格紅色出現，表示剩下 20 次。
2. 當全部紅色記號轉到指示窗下緣時，就表示吸入瓶內藥物已空。

圖二 Turbuhaler

## II. Relvar ellipta (圖三)



### ◆ 使用方法:

1. 把蓋子往下推直到，聽見「喀嚓聲」
2. 深呼吸後緩慢吐氣(吸入器不要靠近嘴邊)
3. 雙唇確實含住吸嘴不要有空隙，快速深吸一口氣，閉氣約 5-10 秒。
4. 使用後需漱口。

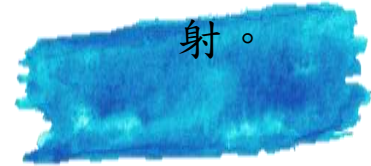
\* 含著吸嘴時，手勿擋住開口。





圖三 Relvar ellipta

3. 目前台灣針對嚴重過敏型氣喘病人提供抗 E 型免疫球蛋白作為附加治療，針對大於六歲之氣喘病人，每 2-4 週可施行藥物皮下注射。



氣喘病不是重大疾病，但若未積極控制，一旦發作可能

造成急性呼吸衰竭，甚至死亡。所以平時要做好環境控制及

自我監測，依正確步驟使用吸入型藥物，必能達到良好控制

效果。

## 七、資料來源

台灣胸腔暨重症加護醫學會 (2020) · 2020 成人氣喘  
臨床照護

指引-補充版，01-72。

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 氣喘主要症狀:慢性咳嗽、胸悶、呼吸時出現咻咻聲及呼吸困難，特別常發生於夜晚、清晨或運動後。

是 否 不知道

2. 易誘發氣喘病發作之危險因子:環境因素、與職業相關性氣喘、遺傳與基因。

是 否 不知道

3. 深吸氣後將尖峰吐氣流速計咬嘴置入口中，緊閉嘴唇，以最用力且快速的方式吹出，可將舌頭放進吹管的洞口。

是 否 不知道

4. 提早在氣喘發作前給予治療，可防止氣喘發作。

是 否 不知道

5. 紅黃綠代表意義：紅燈代表警戒，應立即就醫。

是 否 不知道