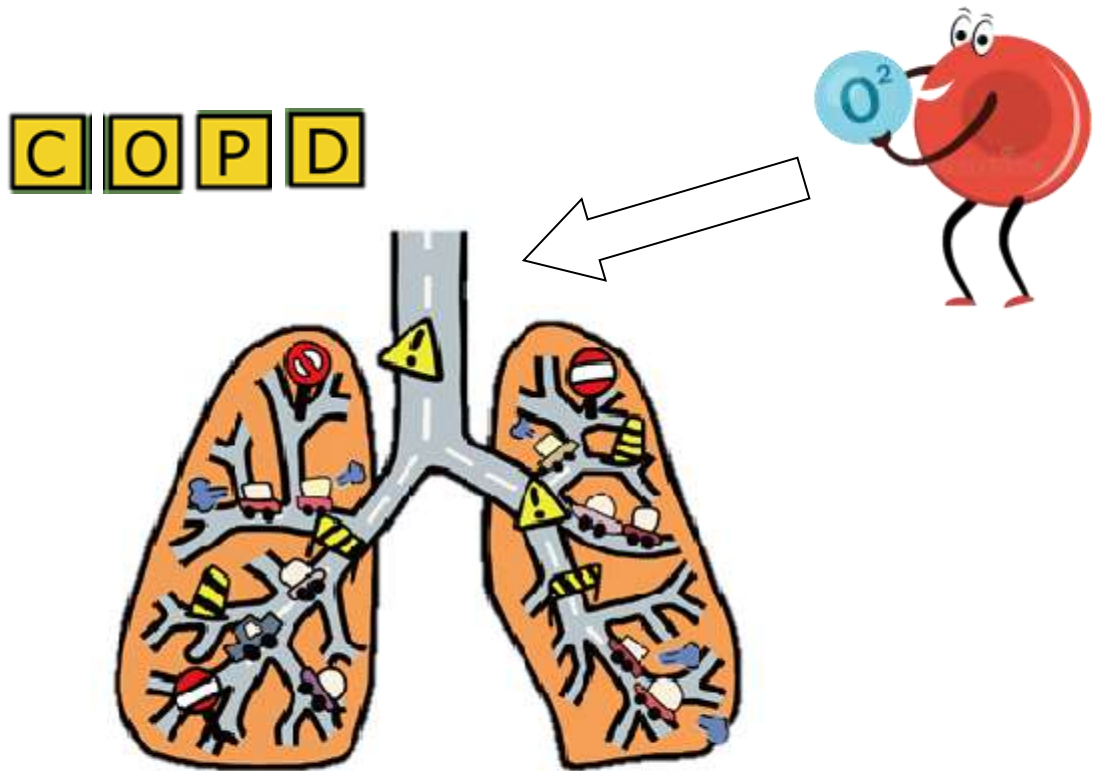




衛教編號：CM-007

2006.12.06 訂定
2023.08.15(11 修)
2016.08.22(3 審)

肺阻塞自我照顧—氧氣治療



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

1981 年臨床研究發現，長期氧氣治療對肺阻塞之病人有降低死亡率、減輕呼吸困難的感覺、穩定肺部血液動力學、增加活動耐受力、改善睡眠及生活品質等作用。因此，對於病況穩定有慢性缺氧問題的病人，可依醫師指示在家中長期氧氣治療，提升生活品質及存活率。

一、什麼是氧氣呢？

氧氣是一種氣體元素。身體細胞藉由氧氣產生能量，用來支持身體活動，如器官功能運作、呼吸、進食、講話甚至運動等。



二、氧氣治療的目的

肺阻塞病人常有漸進性低血氧，低血氧的症狀包括：心悸、呼吸急促、發紺、頭痛、感覺神經異常、不安、失眠及意識障礙等。

- (一)維持血液中足夠的氧合濃度。
- (二)改善或減輕組織缺氧現象。
- (三)減輕肺臟與心臟的負荷。
- (四)改善活動力。

(五)增進睡眠及提升生活品質。



三、哪些病人需考慮長期接受氧氣治療？

是否需長期接受氧氣治療，應經由醫師評估決定。需抽血檢驗動脈血液中的血氧飽和度，進一步評估氧氣治療之需求。

(一)休息時動脈血氧分壓(PaO₂) ≤ 55mmHg 或血氧飽和度(SaO₂) ≤ 88%。

(二)休息時動脈動脈血氧分壓介於 55-59mmHg 或血氧飽和度介於 88-90%，出現心臟衰竭、紅血球增多症（血比容大於 55%）。

四、氧氣給予的方式

氧氣鼻導管一天使用至少 15 小時以上（包含睡眠時間），維持動脈血氧飽和度高於 90% 以上。在休息狀態下，其氧氣流速僅需維持每分鐘 2 升或 2 升以下，而運動或睡眠時則視需要可增加到每分鐘 3 升的流速。

五、氧氣供應種類？

(一)氧氣濃縮機：(圖一)

氧氣濃縮機為電動式，俗稱為氧氣製造機，此

設備於居家使用較為方便、安全，通常無法隨身攜帶，目前有廠牌可提供攜帶式氧氣濃縮機，如需長期居家使用，可採月租方式；如電力系統中斷會導致機器無法使用，因此需要準備備用的氧氣設備，如高壓氧氣筒或不斷電系統(UPS)。



圖一 氧氣濃縮機



圖二 高壓氧氣筒

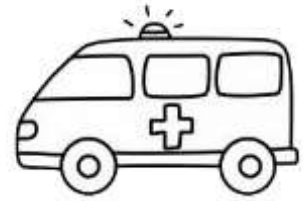
(二)高壓氧氣筒：(圖二)

鐵製或鋁製的氧氣鋼瓶，內存高壓壓縮的 100% 氧氣，筒上附有氣壓計及調節器，以方便調整使用流量及觀察剩餘量，一般有分容量大小，其攜帶較方便可外出使用，價格一般較平價，氧氣流量偏小，適合短期使用者，需定期灌氧氣且搬運時需小心，危險性較高。

居家使用氧氣注意事項

- (一) 確實遵照醫師指示，氧氣的流量或時間不可擅自停用或調整，以免影響效果。
- (二) 使用氧氣時須**遠離火源**、香菸、蠟燭等可燃物至少需 3 公尺以上，並嚴禁煙火。絕對禁止使用油類潤滑擦拭，以防爆炸。不使用氧氣時，應關緊鋼瓶及流量錶的開關、直立放置妥當，避免氣體外洩，避免直接陽光曝曬，遠離電視、收音機、電器暖爐、火爐等，至少距離 1.5 公尺以上。
- (三) 正確的使用氧氣設備，隨時檢查接頭處是否鬆脫，有無漏氣現象，需定期維修保養。
- (四) 氧氣鼻導管及氧氣製造機的過濾器需定期清潔與消毒，若有使用潮濕瓶，**蒸餾水需每日更換**（可以煮開過的冷開水代替）。
- (五) 長期吸入氧氣，會導致病人鼻腔乾燥、鼻塞、鼻黏膜潰瘍、流鼻血等情形，在冬天更容易發生，可搭配合潮濕瓶使用，改善乾燥情形。
- (六) 氧氣鼻導管太重或配戴過緊，常造成臉頰、耳部皮膚產生壓力性損傷、破皮，可在固定帶上加紗布或受壓部位貼人工皮，並適度調整鬆緊度。

(七) 當病人出現血氧過低、二氧化碳滯留的症狀
如嗜睡或昏迷等症狀，應儘速送醫。



六、使用氧氣可能發生的合併症

當使用高濃度或高流量的氧氣時，降低呼吸敏感度，容易導致二氧化碳滯留無法排出，病人會有頭痛、精神不濟、意識改變等現象。

七、結語

肺阻塞是一種不可逆的慢性疾病，但藉由治療控制病情，氧氣治療可以改善低血氧症狀和預防缺氧，增加活動範圍、改善自我照顧能力，提升生活品質、減少反覆住院。

八、參考資料

臺灣胸腔暨重症加護醫學會(2019)·2019 台灣肺阻塞臨床照護指引，01-182。

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 低血氧的症狀包括心悸、呼吸急促、不安及失眠等情形。

是 否 不知道

2. 當病人出現血氧過低、二氧化碳滯留的症狀(如嗜睡或昏迷等症狀)，應儘速送醫。

是 否 不知道

3. 氧氣的流量或時間可以自行調整，不需依照醫師醫囑執行。

是 否 不知道

4. 使用氧氣時須遠離火源、香菸、蠟燭等可燃物，也絕對禁止使用油類潤滑擦拭，以防爆炸的可能。

是 否 不知道

5. 氧氣鼻導管及氧氣製造機若有使用潮濕瓶，蒸餾水需每日更換或是有髒需立即更換。

是 否 不知道