

## 胸腔內科

# 肺部復原跨團隊照護 - “肺”更康健

呼吸治療師 謝嫦娥



慢性阻塞性肺疾病(COPD)在台灣又名「肺塞病」(台語)，指一種長期慢性且無法恢復之呼吸道阻塞疾病，造成氣體無法通暢的在呼吸道進出，目前還沒有根本的治癒方法。依據世界衛生組織(WHO)估計，2012年全球有超過300萬人死於COPD，相當於當年全世界所有死亡的6%。2016年COPD也是國人十大死因的第七位，每82分鐘就有1人死於慢性下呼吸道疾病；40歲以上成人，平均每6人就有1人罹病，且隨著菸齡增高，風險越大。綜合以上理由，本院於2018年加入健保局『肺阻塞醫療給付改善方案』；本方案藉由醫療資源整合制度的設計，提昇肺阻塞照護品質，加強肺阻塞病人之追蹤管理及衛教服務，提供以病人為中心完整且連續性的照護。

在執行COPD個案整合照護的期間，我們警覺到預防勝於治療的觀念及COPD個案除了藥物治療外，必須有一些非藥物治療的介入，以提升病人的整體生活品質，例如：肺部復健，基於上述原因，本院於高齡醫學大樓2樓復健醫學部成立『肺復原中心』，它是由胸腔科及復健科醫師、呼吸治療師、護理師、營養師、物理治療師及職能治療師等各醫事成員所組成跨專業團隊，以非藥物方式透過各式不同儀器協助治療慢性肺疾病的病人，依病程需要制訂個別化肺部復原照護計畫，執行範疇是將個案分前、中、後期三階段治療。

### 一、前期：

著重於調整呼吸、痰液清除及肺擴張治療，此階段的治療主要包含：吸入型藥物回覆示教、呼吸運動（噘嘴&腹式）、復原運動（暖身操、上下肢運動及胸部叩擊技巧）、居家氧療設備評估及衛教等。

### 二、中期：

此階段的重點為當個案呼吸問題改善，增強執行核心及四肢肌力訓練、耐力訓練、平衡訓練、心肺功能訓練及行走訓練等。

### 三、後期：

當肌、耐力訓練符合標準，治療師將加強執行日常生活訓練、運動知覺訓練、上肢（下肢）功能訓練、手（足）功能訓練及活動治療等，並教導病人節能省力的技巧，提升日常生活功能。

對於上述介紹，您或您的家人有需求者，可先掛胸腔內科門診，經由醫師診療評估後，開立醫囑執行肺部復原訓練（醫師看診一次可作6次療程但需於一個月內執行完畢，採預約制）。診療過程如下：

（掛號）胸腔內科門診→（報到）持健保卡至診間報到→（衛教）至衛教室接受個案師近況評估及衛教→（看診）至診間看診並提供評估資料予醫師參考→（肺部復健）持醫師開立之肺部復健醫囑單至高齡醫學大樓2樓肺復原中心執行肺復健。

本院整合跨專業團隊提昇肺部復原照護品質外，同時對於胸腔手術的住院病人，提供手術前後肺部復原訓練，團隊並研發好握、好拍、不受限時間與空間，且獲得專利又低於市價的氣囊式拍痰器，於專責病房每天兩次分別於早上10點30分及下午5點播放「胸腔手術後復健運動」影片，可有效預防術後常見合併症，如肺炎、肺擴張不全等，對病人術後恢復有顯著效果。

對正常人而言呼吸是一項簡單動作，但對於慢性呼吸道發炎的肺阻塞病人而言，長期咳嗽、痰多所導致的呼吸困難非一般人所能體會；透過肺部復原照護計畫執行，使其呼吸功能維持在最佳狀況，提升生活品質是肺復原治療對這類病人之最大目標。