

如何幫助孩子拍痰（叩擊）

一、拍痰的目的

由手呈杯狀在胸壁上拍打，促使分泌物鬆動，使積在肺葉內的痰液鬆脫，藉著咳嗽將黏稠分泌物排除，維持良好的肺部清潔。

二、拍痰時的注意事項

（一）什麼時候作叩擊？

答：飯前三十分至一個小時或飯後一到二小時及做完蒸氣吸入治療後。

（二）小孩應採什麼姿勢？

答：◎嬰孩：將嬰孩抱起，置於成人的腿上，病人呈俯臥。

◎小孩：將小孩趴在折起的枕頭上。

（三）叩擊時，我應如何作？

答：叩擊時，手呈杯狀，手指併攏，腕部動作為輕鬆的屈曲和伸直，小心不要只用指頭或手掌跟。



（四）作一次叩擊，要多久的時間？一天大約要幾次？

答：通常一次約 3~5 分鐘。每天約執行 3~5 次。

（五）叩擊的注意事項？

答：請由下往上叩擊，不可叩擊胸骨、脊椎或腎臟部位。

叩擊時需注意孩子有無呼吸困難或臉色有無蒼白情形。鼓勵病人作深呼吸及咳嗽，以利痰咳出。

（六）小孩睡著還要叩擊嗎？

答：不需要，應給予適當休息。

三、拍痰方法：

仰躺頭高，由肩部往下拍前胸左右側（圖一）

臉朝下頭高，由肩部往下拍後背的左右側（圖二）

臉朝上頭低，由肋骨往肩部拍前胸（圖三）

側躺手臂提起，由腰往腋下拍擊（圖四）

臉朝下頭低，由腰往肩部拍後背左右側（圖五）

