

呼吸訓練器(Triflow-II)使用說明

① 訓練目的

利用呼吸訓練器(誘發性肺量計)進行呼吸訓練，幫助塌陷的肺泡重新打開，促進咳嗽進而改善肺擴張不全的問題以及避免手術後肺炎的產生。

② 使用時機與頻率

於胸腹部手術後，每小時練習約5-10次，一天約100次



③ 注意事項

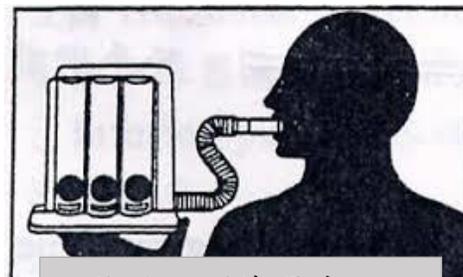
- ◆ 若感到頭暈或嘴麻時，可平靜呼吸休息後再繼續
- ◆ 使用時若感到傷口疼痛，可用手或枕頭輕壓傷口，避免牽扯傷口周圍肌肉
- ◆ 每次使用後將咬嘴做清洗並擦乾

④ 訓練方法

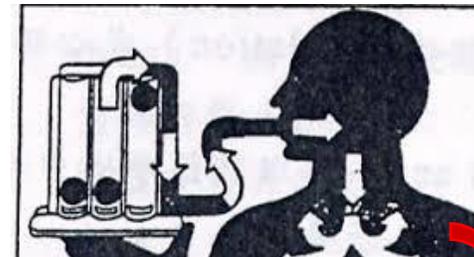


半坐臥姿勢

半坐臥姿或坐姿(45-90度)



將呼吸訓練器直立



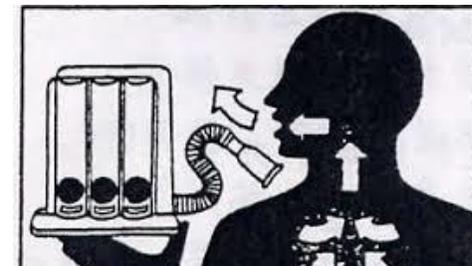
深且長的吸氣，並維持3-5秒



深呼吸

咳

有效咳嗽協助痰液排出



咬嘴從嘴巴移開並且吐氣

⑤ 常見錯誤與問題

- ◆ 呼吸訓練器沒有平放
- ◆ Q: 沒有用嘴吸氣反而用鼻子吸氣
A: 用手捏住鼻子
- ◆ Q: 肩膀出力
A: 照顧者用手壓住使用者(病人)肩膀
- ◆ Q: 吸氣過快或時間過短
A: 切記做深且長的吸氣並維持3-5秒

國語版



台語版

