



我除了肺阻塞藥物治療外，是否該增加 肺部復原治療？

V1_112檢視

適用對象 / 適用狀況：

肺阻塞(慢性支氣管炎/肺氣腫)病人

疾病介紹：

肺阻塞最明顯的症狀是長期咳嗽、咳痰與呼吸困難，症狀亦可能隨著病情發展而加重。當出現咳嗽、膿痰、呼吸短促、胸悶，及早就醫確定病因，選擇適當治療方式，才能有效延緩疾病發展。

肺復原是經過詳細的病人評估後，依據病人個別狀況所擬定的全面性介入療法，包括運動訓練、衛教與健康行為促進，由客觀的六分鐘步行試驗看到運動表現能力的進步與身體活動量的改變，而評估運動能力的變化，增進病人長期堅持有益健康的行為。

治療方式介紹：

一、藥物治療

吸入型支氣管擴張劑是穩定期肺阻塞症狀治療的主要藥物，包含乙二型交感神經刺激劑與抗膽鹼藥物。主要依據病人的疾病嚴重程度來給予適當藥物治療。可明顯改善肺功能、呼吸困難和健康相關生活品質及急性惡化率，接受吸入型藥物治療，重要的是正確的吸入技巧，才能得到有效的治療。

二、肺部復原治療

(1)減少呼吸短促之感覺(2)改善與健康相關的生活品質(3)改善運動能力(4)減少住院次數及住院日數(5)改善肺阻塞急性惡化住院後的康復。肺復原治療也能針對藥物治療未能處理之問題，如運動機能不全、肌肉耗損或體重減輕給予適當的強化。針對穩定期肺阻塞病人，下肢運動訓練亦可改善病人生活品質、呼吸困難及運動能力。治療項目包含：呼吸訓練、肺部擴張訓練、肺部物理治療(姿位引流、高頻胸腔震動...)、上下肢運動訓練(腳踏車、手搖車...)等項目。



下肢肌力訓練



濕氣/噴霧治療



肺部物理治療

接下來的步驟，可以幫助您想一想，
要維持藥物治療或是增加肺復原治療呢？



治療方式介紹：

肺阻塞的治療目標在於減低肺阻塞所導致的症狀及風險。藉由藥物和非藥物治療，以期達到緩解症狀、改善運動耐受力、改善健康狀態、預防疾病進程、預防及治療急性惡化等目標。

治療方式說明		
項目	藥物治療	肺部復原治療
優點	減輕症狀及急性惡化、改善生活品質，減緩肺阻塞病人肺功能下降，為肺阻塞主要治療項目。	穩定肺阻塞病人的病情。緩解症狀、改善運動耐力與健康狀態，進而達到預防肺阻塞病人急性惡化並降低致死率及住院率。
急性發作	痰液無法順利排出、對於急性發作次數無法降低。	減少住院，降低非預期性醫療照護需求。
生活品質	目前已有許多藥物能改善病人之症狀，但病人肺功能會隨著時間持續惡化，肌耐力仍有不足之處。	降低喘症狀，改善日常生活活動功能，增加四肢肌肉強度及耐力，增加日常體能活動程度。
疾病控制	長時間用藥，對於病人易有憂鬱、疾病控制信心降低。	改善情緒，提升自我健康管理能力
時間	無需增加來院次數	一週至少1次，並持續時間至少8-12週以上。
費用	每3個月門診看診費用	每月回診一次，增加門診看診費用

步驟二、您對於醫療方式的考量

您本身的感覺與醫學上的客觀數據一樣，請根據以下表格，勾選出您覺得**比較重要**的選項

考量因素	非常重要	重要	普通	不重要	非常不重要
來院交通					
影響平日活動					
治療時間					
專業治療師指導復原運動					
增加門診費用					

步驟三、對於上述資訊，您是否已經了解呢？

請先詳閱上述資料後，再開始回答以下問題：

- 1.接受吸入型藥物治療，重要的是正確的吸入技巧，才能得到有效的治療嗎？
☐對 ☐不對 ☐不知道
- 2.藥物治療為肺阻塞主要治療項目
☐對 ☐不對 ☐不知道
- 3.肺部復原治療能改善日常生活活動功能，增加四肢肌肉強度及耐力，增加日常體能活動程度
☐對 ☐不對 ☐不知道
- 4.針對穩定期肺阻塞病人，下肢運動訓練亦可改善病人生活品質、呼吸困難及運動能力
☐對 ☐不對 ☐不知道
- 5.肺阻塞的治療目標在於減低肺阻塞所導致的症狀及風險
☐對 ☐不對 ☐不知道
- 6.當出現咳嗽、膿痰、呼吸短促、胸悶，及早就醫確定病因，選擇適當治療方式，才能有效延緩疾病發展
☐對 ☐不對 ☐不知道
- 7.肺部復原治療執行時間為一週至少1次，並持續時間至少8-12週以上。
☐對 ☐不對 ☐不知道

步驟四、您準備做好決定了嗎？

我已經確認好想要選擇的治療方式：我決定選擇(下列擇一)

☐ 維持藥物治療 ☐ 增加肺部復原治療

我目前無法決定

☐ 我想要再與我的主治醫師討論我的決定。

☐ 我想要再與其他人（包含配偶、家人、朋友或第二意見提供者...）
討論我的決定。

☐ 對於以上治療方式，我想要再瞭解更多，我的問題有：

☐ 不進行任何治療，原因：

參考資料

- 1.台灣胸腔暨重症加護醫學會. (2019). 2019 肺阻塞臨床照護指引.
<https://www.tspccm.org.tw/media/7073>
- 2.台灣胸腔暨重症加護醫學會. (2019). 2019 台灣肺復原實務指引.
<https://www.tspccm.org.tw/media/7075>
- 3.自在呼吸健康網. (2019). <https://asthma-copd.tw/>