

吸入性肺炎的守門員

新竹馬偕紀念醫院

地址：

30071 新竹市光復路二段 690 號

電話：

03-5166868，03-6119595

電子郵件：

hcservice@mmh.org.tw

- 健康諮詢專線：03-5745098
週一～週五 上午 9:00~12:00
下午 14:00~17:00
週六至中午 12:00，
例假日休息
- 語音掛號電話：03-5166516
- 人工掛號電話：03-6118866
週一～週五上午 8:00~17:00
週六上午 8:00~12:00

修訂: 2024/06/20

復健科



新竹馬偕紀念醫院

Mackay Memorial Hospital, Hsinchu

(C)Mackay Memorial Hospital All Rights Reserved.

馬偕紀念醫院 著作權所有，並保留一切權利

新竹馬偕醫院復健科 語言治療師 葉幸其

「民以食為天」，就可以知道「吞嚥」對人的重要性，於我們而言吞嚥是維持營養來源的能力，是一項重要的生存基本功能，更可能是滿足感的源頭，一個人平均一天會吞嚥達 600 次之多，基本上無時無刻都在做吞嚥的動作。

吞嚥是一個非常精細且複雜的機制，不僅需要足夠的肌肉力量，且動作幅度需要達到一定的程度，不僅如此，還需仰賴口腔、咽喉和食道間的協調度。當咀嚼固體、液體、口水，吞下去到進入到胃裡整個過程中，只要其中一個步驟出現問題，可能是肌肉力量、動作幅度、時間上的協調，導致無法順利、安全並有效率的進食，就會發生「吞嚥障礙」，發生吞嚥障礙時，最怕的就是後續可能引發的吸入性肺炎或是噎食。

那沒有從嘴巴進食，只用鼻胃管管灌攝取營養，是不是就不會造成吸入性肺炎嗎？答案是：不！就算用鼻胃管管灌進食，也可能會有吸入性肺炎的機率，其中原因是什麼呢？若有鼻胃管的前提下，家屬或照顧者在居家照護中需要注意些什麼事情呢？

◆ 造成吸入性肺炎的要素，缺一不可！

有易發炎物

吸入氣管

咳不出來

- ✧ 易發炎物：口腔衛生不良，可能是參雜細菌的口水、牙斑菌、舌頭上的舌苔、口腔內的痰塊或分泌物、以及進食後殘留於口腔或喉部的食物殘渣等等。
- ✧ 吸入氣管：在吞嚥的過程中，有食物沒有進到食道，誤吸到氣管裡。
- ✧ 咳不出來：通常是由於身體機能不足、心肺活量不足，咳嗽力量不足，而無法透過咳嗽把吸入物排出來。

◆ 如何降低肺炎機率？照顧者可以優先做什麼？

由上述可知，要導致吸入性肺炎需要湊滿以上三個要素，若是可以去除其中一項，即可大大的降低吸入性肺炎的風險。因此照顧者可以優先做好口腔衛生：

- ✧ 清潔口腔的注意事項：若有鼻胃管的話，尤其需特別注意：
 - ✓ 清潔前，先調整姿勢，搖高床頭或坐在輪椅或椅子上，使其坐正坐直，甚至是稍微往前傾斜的姿勢，避免被自己的口水或漱口水嗆到的情形發生。
 - ✓ 將圍兜、毛巾或臉盆鋪放在患者的下巴和胸前。
 - ✓ 確認口腔中有沒有口水或痰塊，用棉棒把口腔的分泌物清理乾淨。
 - ✓ 將牙刷、棉棒或海棉棒沾水後擰乾或甩乾，視情況搭配漱口水、牙膏等。若是平時就會被口水嗆咳的話，請務必一定要把水擦乾，避免多餘的水分造成嗆咳。
 - ✓ 清潔牙齦、牙齒周圍及咬合面、上顎、口底、臉頰側以及舌面上的舌苔。
 - ✓ 確認患者口內沒有殘留水份，即可將嘴唇及口臉部擦拭乾淨。
- ✧ 需特別注意的是，請事先諮詢您的語言治療師，確認患者的能力是否達到可以安全漱口。若不能漱口，則可以使用棉棒或海棉棒多次潤洗。
- ✧ 維持口腔健康的重要性，不僅可降低吸入性肺炎的風險，同時也是進行後續吞嚥治療的基石。因此，就算是採用鼻胃管等體外管路攝取營養，沒有由口進食，仍然需要每天執行口腔清潔哦！

~如需轉載本篇文章或有任何疑問，請洽馬偕紀念醫院復健科~
~新竹馬偕紀念醫院 關心您的健康~