



編號	ND 兒-010
製訂日期	2003. 07
八修日期	2022. 10

## 輕輕鬆鬆學拍背排痰

### 一、為什麼要拍背？

嬰幼兒咳嗽機能較差，當有呼吸道疾病而導致痰液滯留呼吸道不易排除時，則以拍背方法幫助鬆動濃稠的呼吸道分泌物，以促進呼吸道痰液排出。

### 二、拍背合適的時間

1. 每天至少 7~8 次，或每 2 小時一次，每次 5~10 分鐘，可視兒童情況與忍耐程度調整。
2. 飯前半小時及飯後 1 小時內不要拍背排痰，以免造成嘔吐。

### 三、拍背要怎麼做？

### 四、合適的拍背的部位與姿勢



當拍打時，發出低沉的「**碰碰**」聲或是「**ㄅㄅㄅ**」聲，會聽到被引流的痰所發出空而深的聲音，代表相當順利且姿勢正確；但若發出「**咻咻**」、「**ㄅㄅ**」聲，就是錯誤囉！！

#### 手掌形狀

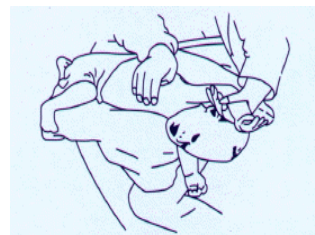


用手掌拍痰時，必須將手指**併攏彎成杯狀**，讓氣體充滿手部。利用手腕關節自然活動彎曲的力量，穩穩的拍打。

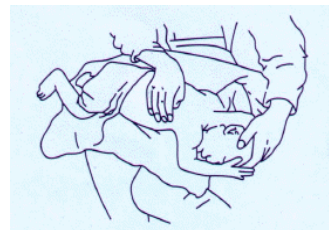
#### 拍痰器



選用拍痰器拍痰，重覆地拍胸壁（**一般藥局或醫院都買的到喔！**）



左右肺下葉前底：  
側躺手臂提起



肺下葉底：  
俯臥臀抬高約  
20 公分

### 五、拍背的注意事項

1. 拍背之力量避免太輕或過重，以免拍痰無效或造成病童傷害，拍痰方向應由下往上，由內向外做規律性的移動，且應避免拍擊脊椎骨、下背部（腰部以下）、臟器部位。
2. 衣服勿過厚，建議只穿 1-2 件薄衫，先拍患側再拍健側，以達拍痰效果。
3. 拍痰中隨時注意兒童有無呼吸困難、臉色蒼白、發紺等。如有前述情況請停止拍痰，並請告知醫護人員處理。
4. 拍背後應鼓勵小孩咳嗽，住院中嬰幼兒則依情況可請護理人員予以抽痰。
5. 拍背過程中若有任何疑問，應隨時詢問護理人員。

※諮詢電話：08-7368686 轉 4222

屏基關心您 祝您早日康復

