



屏基醫療財團法人屏東基督教醫院 氣喘病人返家注意事項

編號	ND 急-005
製訂日期	2003. 08
七修日期	2022. 10

1. 請按時服藥並定時到胸腔內科門診接受追蹤治療，不要自行停藥。
2. 如果有在使用吸入劑者，請按照醫師指示正確適時使用吸入劑，隨時攜帶緊急藥物（擴張劑）以備不時之需。
3. 連續使用吸入性藥物三次沒有改善，應立即就醫，以免有生命危險。
4. 建立健康生活方式。
 - (1)飲食：平時攝取均衡飲食，避免高蛋白、高脂肪和高熱量，不要吃刺激性如酒精、咖啡和冰冷的食物。
 - (2)情緒：適當休息及睡眠，避免熬夜及壓力。
 - (3)環境：
 - ☆若有長期抽菸者要改掉抽煙習慣，避免處於空氣不流通、二手煙、濕氣、灰塵、花粉…之環境。
 - ☆不要養寵物，很多人會對動物的唾液、排泄物、毛過敏，避免接觸絨毛玩具或豬、狗…動物，定期打掃環境減少過敏原。
- 運動：不宜參與突發性、刺激性之活動。
- (4)有下列情況儘早就醫：說話很困難、嘴唇或指甲變灰或變藍色、呼吸時鼻孔會張得很大、脈搏很快、發燒、畏寒、感冒、咳嗽或是氣喘發作，請儘速就醫或是回本院複診。
5. 以下為日常保健原則：
 - (1)天氣溫度變化時，外出記得保暖、戴口罩來保護您的氣管及肺部。
 - (2)在流行感冒的季節，儘量減少出入公共場所，接觸感冒的人，以免被傳染。
 - (3)運動：規律運動但不要做劇烈的活動。



屏基關心您 祝您早日康復