

# 什麼是肺炎

飽和脂肪酸如：植物油。這樣可增加熱量又可減輕呼吸的負擔。

- (4) 足夠的水果、青菜，養成規則的排便習慣，預防便秘以免阻礙呼吸。

## 3. 預防感染

- (1) 施打流感疫苗或肺炎鏈球菌疫苗。
- (2) 在感冒流行時或身體抵抗力較弱時，勿到公共場所及避免和感冒的人接觸。
- (3) 要有良好的營養狀況及充足的睡眠，及適度的運動、以增加抵抗力。
- (4) 適時添加衣服避免受寒。
- (5) 認識感染的徵象：如痰量增加、變黃、變黏稠、發燒、咳嗽、呼吸困難加劇、或意識混亂、嗜睡，若有以上情形，應立即看醫師。

地址：高雄市824燕巢區角宿里義大路1號

電話：07-6150011

網址：[edah@edah.org.tw](mailto:edah@edah.org.tw)

本著作權非經著作權人同意不得轉載翻印或轉售

著作權人：義大醫療財團法人

表單編號：HA-1-0003(3)

義大醫療財團法人 20X20cm 2016.05印製 2014.11修訂



義大醫療財團法人 編印  
E-DA HEALTHCARE GROUP

# 什麼是肺炎

## 一、什麼是肺炎

肺炎是肺部的急性發炎，可發生在所有年齡層，特別是免疫機能較差者，如老人、酗酒者或糖尿病患者。目前雖然有抗生素藥物治療，但其發生率仍然很高且可能致死。

## 二、原因

- 1.傳染性：例如來自細菌、病毒或其他微生物感染。
- 2.非傳染性：例如來自有毒氣體、化學物嗆入，或吸入水、食物、嘔吐物等，或自體免疫相關疾病。
- 3.保護機轉受破壞：黏液纖毛受抑制，如抽煙，或先天疾病。
- 4.存在危險因子：年紀大，吞嚥有問題，長期臥床之個案，癌症或阻塞性肺疾病等造成分泌物增加或干擾肺臟分泌物排出。

## 三、檢查

- 1.身體檢查。
- 2.胸部X光片。
- 3.痰液培養。
- 4.動脈血液氣體分析。

## 四、常見的症狀

- 1.發燒、倦怠、寒顫、肌肉痛、頭痛、嘔吐、腹瀉。
- 2.呼吸喘促、胸痛、漸進性呼吸。
- 3.咳嗽(乾咳或有痰的咳嗽)。
- 4.痰量增加且顏色改變，可能含有血絲，呈鐵銹色或綠色，亦可能變得較黏稠。
- 5.焦慮、躁動不安、或意識改變。

## 五、居家照護

- 1.請勿自行調整藥物劑量，並注意觀察有無出現以下藥物副作用：嘔吐、腹部不適、腹瀉、心跳過速、心律不整、顫抖、失眠、抽搐、休克、皮膚發疹、腸胃不適等症狀。一經發現請立即告知醫師。
- 2.飲食：適當的營養狀況可以增加身體抵抗力，可採用高蛋白、高熱量飲食、若有其它疾病需做飲食上的限制時，需再與醫師或營養師討論，並注意水分補充。下列飲食原則可供參考：
  - (1)選擇簡單、富變化且方便烹調的食物譬如鹹粥。
  - (2)採少量多餐，每餐不要吃太飽，餐前可休息，餐後不要躺下。
  - (3)在熱量提供方面，可在飲食中增加不