

## 一、什麼是小兒氣喘

1. 氣喘是指對某物質產生過敏反應，進而產生細支氣管平滑肌收縮、黏膜水腫、分泌物增多，又稱「小兒哮喘」。通常指一年內有三次以上「呼吸急促，氣管發出喘鳴聲」的發作經驗，都歸為此病。但並非喘鳴的嬰幼兒都是氣喘；還必須經詳細檢查，才能確定為真正的「氣喘」。
2. 造成過敏的原因包括：家族遺傳、過敏原(例如：花粉、塵蟎)、溫度(例如：寒冷及潮濕的氣候)、空氣污染(例如：抽煙)、運動、藥物、呼吸道感染。
3. 好發年齡為3歲以上的兒童。



## 二、症狀：

1. 咳嗽、呼吸困難、胸部緊迫感。
2. 呼吸急促並合併有異常呼吸聲。
3. 疲倦、焦慮不安。

氣喘症狀



胸悶



喘鳴



呼吸困難



咳嗽

## 三、護理指導：

1. 要瞭解造成病童氣喘的誘發物，並避免過敏源的刺激。
2. 依醫師囑咐治療，即使症狀緩解後，亦不能斷然停藥，必需長期的追蹤與預防發作。
2. 適當休息及補充水分。
3. 減少室內過敏原，特別是塵蟎、蟑螂的過敏原。
4. 保持室內的通風，維持適當的溫度及溼度。
5. 當幼童胃口不佳時，建議父母準備一些可愛的食物，讓幼童少量多餐而達到均衡飲食。
6. 鼓勵漸進式運動，選擇較不易引發氣喘之運動，如游泳、體操。

運動前先使用支氣管擴張劑等藥物並作暖身準備，避免在運動中造成氣喘發作。當病毒感染、空氣污染物增多、寒冷時須限制運動。

8. 避免暴露於冷空中及避免進入群眾密集的公共場所。
9. 氣喘發作時，切勿慌張，按照醫師指示步驟給藥，讓病童鬆弛，若持續嚴重的咳嗽、發燒、呼吸困難等症狀，應儘速就醫。



中山醫療社團法人  
**中山醫院**  
Chung Shan Hospital

## 小兒氣喘護理指導

(圖片出自衛生福利部國民健康署)  
如對護理指導有問題請洽詢  
中山醫療社團法人中山醫院  
地址: 臺北市仁愛路四段 112 巷 11 號  
電話: (02)2708-1166

95.04.制、114.07.檢

現代醫療，傳統照顧