



肺炎

一、何謂肺炎？

是指肺部實質的一種急性感染，當微生物侵入呼吸道會先經上呼吸道之防禦系統引起短暫輕微的臨床症狀，如果防禦系統無法壓制，則微生物就會接著進入下呼吸道引發的實質感染。微生物侵入呼吸道的途徑有二：1. 吸入 2. 誤嚥。

二、引起肺炎的危險因子

吸煙、空氣污染、意識狀態改變例如：酒精中毒、頭部外傷、癲癇等，人工氣道、氣管切開、上呼吸道感染、慢性疾病、免疫抑制、營養不良、吸入或食入有毒物質、臥床及長期固定不動者等。

三、如何診斷肺炎疾病

1. 臨床症狀。
2. 胸部 X 光。
3. 痰液檢查一般菌及厭氧菌、嗜酸菌、結核菌。
4. 血液細菌培養。
5. 血液學、血清學培養。
6. 侵入性檢查：超音波導引抽吸或切片，支氣管鏡刷抹沖洗液培養。

四、如何治療肺炎疾病

肺炎的治療應該針對致病微生物，主要的治療以抗生素為主，肺炎球菌性肺炎一般用青黴素，紅黴素則治療黴漿菌肺炎或退伍軍人症最佳用藥，病毒性肺炎目前仍無有效藥物，其他如胸腔物理治療，幫助清除呼吸道，如有氣體交換不佳可使用氧氣吸入。其他常用藥物有去痰劑、支氣管擴張劑、解熱鎮痛劑。

五、居家注意事項

1. 不可隨便使用鎮定劑，安眠藥，黑藥丸或不明成分之中藥、西藥。
2. 要依醫師指示按時服藥，不可自行調整劑量、次數或停藥。

六、日常生活注意事項

1. 抽煙會使周邊血管收縮，血液中一氧化碳的含量增加，而使您的呼吸困難，所以必須戒菸。
2. 適當的休息睡眠及保持輕鬆的心情，可保持良好的抵抗力。
3. 減少到公共場所及避免呼吸道感染的人接觸以免受到感染。
4. 常洗手以免接觸道感染源。

七、飲食注意事項

1. 三餐要定時定量不可偏食。
2. 多吃水果以增加抵抗力。
3. 採高蛋白、高熱量及注意水分補充，以不飽和脂肪酸代替碳水化合物，減輕呼吸的負擔。
4. 足夠的纖維質避免便秘，以免阻礙呼吸。

八、活動運動注意事項

九、適當的活動不要太勞累

十、特殊注意事項

若有上呼吸道感染例如感冒，經一週未改善或長時間持續咳嗽，身體活動力漸漸不如前時，或發高燒應立即返院就診。

十一、門診追蹤

依醫師指示返診追蹤。