

# 呼吸困難

我們的身體需要氧氣維持生命。即使腦部缺氧數分鐘，也足以構成嚴重傷害，甚至死亡。因此，所有父母及照顧兒童的人士，必須熟悉如何處理孩子呼吸困難的情況，並及早求援。

## 常見原因

當身體得不到充足的氧氣，便會出現呼吸困難的現象。以下是一些引發呼吸困難的原因：

哮喘發作和較嚴重的呼吸道感染(如細支氣管炎、肺炎、肺積水等)是十分常見的原因。

- 空氣的含氧量不足。
- 呼吸道受阻，例如異物哽塞(如兒童誤吞玩具、食物誤進呼吸道、吸入嘔吐物)、遇溺、嚴重過敏反應導致氣道收窄、外物纏頸導致窒息等。
- 呼吸神經受影響，以致無法控制正常呼吸。例如急性中毒、觸電等。
  - 長期呼吸困難則可由哮喘或嚴重的扁桃體肥大引起。嚴重者更會導致呼吸道阻塞和睡眠窒息等併發症。

## 需要到急症室嗎？

如遇下列任何一項情況，應盡速帶孩子到急症室求診，緊記帶同曾服用藥物的資料及病歷：

- 需要用力呼吸、用口呼吸、不斷流口水、胸肋間肌肉出現凹陷。
- 聲音沙啞並發出喘鳴、呻吟。
- 呼吸急促 (嬰幼兒每分鐘超過60次、小童每分鐘超過40次)。
- 坐姿異常，不能夠平臥，需要直坐及向前傾才能舒服些。
- 說話困難，沒足夠氣力說句子，只能吐出單字。
- 神智不清，情緒極度不安。
- 面色蒼白或嘴唇變藍。
- 出現休克、出冷汗、吞嚥困難。
- 懷疑有異物吸入氣管。



## 在家居的即時護理

- 病發時，父母應保持冷靜，暫停孩子的活動，讓孩子安定下來。
- 如孩子清醒及有哮喘病歷，可先用氣管擴張藥。(詳情請參閱「哮喘」一文)
- 如孩子清醒，但持續有呼吸困難，亦須立刻求醫。
- 如孩子不清醒和沒有呼吸，須立即致電999求援。受過訓練的人士可開始用心肺復蘇法進行急救。
- 如懷疑有異物哽塞呼吸道，請參閱「異物哽塞」一文。
- 如懷疑孩子出現嚴重過敏反應引致呼吸困難，請參閱「蕁麻疹」一文。

## 醫生會怎樣處理？

- ✓ 醫生會根據病歷、臨床檢驗來決定怎樣處理。
- ✓ 醫生會按孩子的情況和治療後的反應決定應否作進一步檢查，例如照X光或掃描等。
- ✓ 常見治療方法包括氧氣輸送、靜脈注射、抗生素治療等。



## 常見的謬誤

- X** 呼吸困難可以是很嚴重的問題，只是在家多休息、多喝水等一般處理方法，一般不能解決問題，因此須盡早求醫，並針對引起呼吸困難的原因作出治療。
- X** 不要道聽塗說，胡亂服用成藥、補品或湯水，以致延誤恰當的治療。

### 小錦囊

- ✓ 保持室內空氣流通。
- ✓ 留意孩子進食情況，以避免錯吞食物令氣道哽塞。
- ✓ 小心處理玩具及注意家居安全，避免孩子誤吞異物。
- ✓ 注意水上活動安全，防止遇溺。
- ✓ 孩子若出現咳嗽、發燒、聲音沙啞等早期呼吸道感染症狀，應及早求醫。
- ✓ 如果懷疑孩子有敏感病歷，應認清及避免致敏原。例如避免進食導致敏感的食物及其製成品。詳情可向您的醫生查詢。