



漏斗胸護理指導

一、何謂漏斗胸？

漏斗胸起因於胸骨兩側的肋軟骨生長異常，導致胸前壁向內凹陷呈漏斗狀的異常現象，是胸壁最常見的先天性畸型。男性發生率是女性的 3 至 4 倍。漏斗胸除了會影響患者胸型外觀與自信心之外，凹陷的胸骨與肋骨有時會造成長久莫名的胸痛，更嚴重時，會壓迫到胸腔內的臟器，包括心臟、肺臟，進而影響心肺功能。此外，漏斗胸患者呼吸時也會因胸部擴張受限，導致肺功能降低，出現胸悶、心悸、運動時易喘、等症狀。這些症狀往往年紀越大越明顯。為了有最佳的治療效果，宜儘早就醫治療。

二、納氏(NUSS)手術方式

- (一)量製適合的矯正板。
- (二)將胸骨以鋼絲懸吊拉高，離開心肺。
- (三)在胸腔鏡的導引下，以導引器由右側胸壁之小切口進入胸腔，在胸骨後方形成通道，再由左側胸壁切口穿出。
- (四)矯正板置入，將胸骨頂起。
- (五)將矯正板固定於胸壁上，必要時會使用固定片與矯正板結合，以增加穩定性。

三、手術前呼吸訓練

(一)學習腹式呼吸、圓唇吐氣

- 1.盡量得讓肺部擴張，維持心肺功能，避免因疼痛而無法深呼吸。
- 2.吸氣時用鼻子深吸氣，讓腹部凸起，大約維持 4 秒，吐氣時嘴唇成圓形。
- 3.慢慢將空氣吐出，壓縮腹部使之凹入，大約維持 8 秒。

(二)學習呼吸訓練器 Triflow 使用方式

- 1.先試著深呼吸數次後調整呼吸，呼氣時盡量將空氣吐出。
- 2.將咬嘴緊緊含住後，慢慢地吸氣讓訓練球升起。
- 3.試著用最大的力量吸氣，嘗試吸起更多的球，並且將球停留 2-3 秒。
- 4.放掉咬嘴調整呼吸，在進行下一回訓練，每次 10-15 回，一天 4-6 次。

中心診所醫療財團法人中心綜合醫院



106 台北市大安區忠孝東路 4 段 77 號

(02)2751-0221 <http://www.clinic.org.tw>

四、傷口的疼痛

- (一)胸部會有彈性繃帶包紮，大約第二天可移除，傷口不需每日換藥。
- (二)麻醉尚未甦醒前，即會開始使用靜脈或硬膜外自控式止痛裝置，大多數病人手術後不會感到明顯疼痛。藥物劑量均由麻醉師調配，自控式止痛裝置約使用三天後，即可移除，可改服用止痛藥物。

五、出院後注意事項

- (一)按時服用出院帶藥。
- (二)為了維持矯正板穩定，應保持良好的姿勢，勿彎腰駝背。避免趴在桌上睡或俯身洗頭等壓迫前胸動作。拿低的物品改採屈膝。
- (三)二週內避免側睡、趴睡。
- (四)避免翻滾，翻身時應採全身一起轉動(身體不要扭轉)。
- (五)六週內避免提超過 10 公斤的物品。
- (六)二個月內勿做碰撞、扭轉身體及突然爆發力量等運動。(例如：空手道、柔道、高爾夫球，但可以游泳、騎自行車、慢跑等)
- (七)手術兩周後可練習雙臂上舉。
- (八)出院後建議先以散步、爬樓梯等耐力訓練為主。
- (九)出院後三個月，建議可以開始進行上背部肌力訓練，以及胸廓伸展運動，以
- (十)避免再度姿勢不良。
- (十一) 定期回診。

六、須立即求診之症狀

- (一)發燒。
- (二)持續咳嗽或呼吸困難、心悸、臉色蒼白等。
- (三)劇烈胸痛，尤其在深呼吸時。
- (四)任何胸部創傷(可能導致矯正板移位)。
- (五)手術傷口部位紅、腫、熱、痛或滲液。

七、參考資料

陳俊宇（2019，9月18日）。鋼釘鋼板或人工關節會影響機場安檢嗎？。

http://orthoccy.blogspot.com/2017/11/blog-post_23.html

張涵清、黃文鈴、唐憶淨、李隆軍、胡中傑、許碧珊（2022）。漏斗胸的評估與治療。家庭醫學與基層醫療，37（2），51-58。

https://www.airitilibrary.com/Publication/alDetailedMesh?DocID=P2_0090727001-202202-202203010012-202203010012-51-58

臺中榮民總醫院（2022，10月24日）。凹胸(漏斗胸)。 <http://www.peds.com.tw>

[/info3_det.php?id=258&t=%E6%88%90%E6%9E%9C%E5%B1%95%E7%8F%BE](http://www.peds.com.tw/info3_det.php?id=258&t=%E6%88%90%E6%9E%9C%E5%B1%95%E7%8F%BE)

Mayer, O. H. (2023). Pectus excavatum: Treatment. UpToDate. Retrieved February 11, 2023, from

<https://www.uptodate.com.utorpa.ndmctsgh.edu.tw/contents/pectus-excavatum-treatmen>