

從醫院到回家

您的住院经历和出院回家

出口



COPD
FOUNDATION®

www.copdfoundation.org

只供个人使用。用于所有其他用途均需获得许可。



目录

在医院治疗COPD及出院回家	1
治理COPD恶化或复发	2
如果您需要去医院	3
在急诊室	4
住院	4
深切治疗病房和降级病房	7
帮助您呼吸	7
自己做决定	9
康复过程	11
资源/注释	12



这份慢性阻塞性肺病基金会改善生活指南的翻译由 AstraZeneca 赞助。



在医院治疗 COPD及出院回家

慢性阻塞性肺病（COPD）患者的病情有时会复发（恶化），而需要去医院。虽然不可能预防所有 COPD 复发，但 COPD 患者可以采取一些措施来增加防止复发的机会。即使您不能完全阻止复发的发生，也可以及早发现，病情就会不太严重。

在本指南中，您将会学到很多关于住院的信息，而且得到一些出院回家后有用的提示。这会帮助您盡量保持健康及避免将来再要住院。

治理 COPD 恶化或复发

治疗 COPD 复发的第一步是要注意症状的些微变化。每个人复发的警示都可能不同。一定要分别出“偶然感到不适”和可能出现恶化的情况。此外，您要记住，您越快能体会到您自己的“平常呼吸”有改变，您和您的医疗护理提供者就可以越快来进行医治。COPD 复发的一些常见症状包括：

- 呼吸比平时更加困难
- 晚上因气促而起身
- 觉得您的急救药物不起作用
- 比平常多用急救药物
- 您的痰液颜色、气味、浓度或份量跟平常不同
- 咳嗽比平时多

如果其中任何一样症状持续超过一天，您就可能会有复发的现象。请立即致电您的医疗护理提供者，或按照您的医疗护理提供者在“我的COPD行动计划”上給您的指引。



如果您需要去医院:

如果您需要去医院就诊, 请必要携带:

- 您目前服用的全部药物的名单, 包括非处方药、维他命和补品。
- 您过敏的名单, 包括药物过敏。
- 可以帮助您做出任何决定的人的姓名和联络电话 (如有需要)。
- 您的“生前遗嘱”和/或医疗授权书的副本。
- 保险资料。

在急诊室 (也称为 ED 或 ER) :

住院之前通常首先在急诊室就诊。急诊室非常繁忙, 患有各种不同疾病的病人都在那里接受治疗。在急诊室, 重病或重伤患者通常会在病情较稳定的患者之前接受治疗。在您感觉不适时还要等待治疗会令您感到沮丧, 但您要知道您一定会得到治疗的。



住院:

如果在急诊室 接受治疗后, 您的病情没有得到足够的改善, 您可能需要在医院过夜。当您住院时, 您可能看不到您自己的主诊医疗护理提供者。可能会由“住院医生”为您医治。这些医生是专门医治住院病人的。



在医院接受治疗

在医院里有很多不同的治疗COPD方法。在这里，COPD 患者通常通过雾化器或吸入器接受呼吸治疗。这些药物可以将您的肺部打开，让您比较容易呼吸。

如果您的肺部因痰液受阻塞，医护人员可能会告知您要做深呼吸运动。这些运动可以帮助您咳出痰液。您可能还要做胸部物理治疗 (CPT) 来帮助清理肺内的痰液。在这种治疗中，呼吸治疗师会让您以不同的姿势躺下，同时轻拍您的胸部或背部。这种治疗方法不会给您痛苦；其实很多人都喜欢这种治疗方法。

另一种对化解痰液很有效的方法是一些气道清除仪器。当您用这些仪器吹气时，它们会令到您的肺部产生振动，这样您就可以很容易将痰液咳出。



药物和副作用

其他常见的 COPD 治疗包括氧气、抗生素、类固醇或液体。这些治疗方法都很有功效，但有时会引起副作用。

类固醇：这些药物可以减轻炎症，但可能提高您的血压或血糖。

支气管扩阔剂：这些药物会帮助去打开您的气管，但可能会令您觉得有些紧张。有些可能会导致口干和小便出问题。

抗生素：这些药物用于治疗由细菌引起的感染，但这些药物可能会引致胃部和消化问题。

深切治疗病房(ICU)和降级病房

有些COPD恶化较为严重，可能需要住进深切治疗病房 (ICU)。深切治疗病房提供最密切的监测和最专业的护理。您的医疗团队也会很频密地替您检查。当您的病情好转之后，您可能会被转移到“降级”病房。这病房提供的监测和护理程度比 ICU 低，但比普通病房要高。

帮助您呼吸

随着 COPD 恶化程度增高，您的身体可能需要额外的帮助来获得足够的氧气并支持您呼吸。以下是一些可能对您有所帮助的治疗方法：

氧气

一些 COPD 恶化会导致您血液中的氧气度数会下降。发生这种情况时，您可以使用补充（额外的）氧气为您的身体提供足够的氧气。

氧气可以通过鼻导管或面罩输送到您的肺部。鼻导管是放置在您鼻子中的小管。您的医疗团队会帮助您决定哪种氧气输送方式最适合您。

如果您已经在家中使用的氧气，在您准备回家时，医护人员可能会更改您的氧气处方。病情恶化后，您可能需要用多些氧气。这通常是暂时的。您的医疗护理提供者将在您复检时检查您的氧气度数和监测您的氧气需求。



无创呼吸治疗 (NIV)

如果您呼吸困难，用通常的治疗方法都不能获得好转，您的住院医师可能会建议您用无创呼吸治疗。用这种治疗，他们会将一个舒适的口罩放在您的口鼻上。口罩连接至将空气推入您肺内的机器。这种疗法会帮助您呼吸较为容易一些。



机器呼吸治疗

当您呼吸过于艰难，以致身体无法承受压力时，您可能要用机器呼吸来替您治疗。用这种疗法，首先给您一些让您放松及入睡的药物，跟着将一条管子从您的口或鼻插进肺内，然后将管子连接着呼吸机。

呼吸机可以代替您呼吸，也可以为您自己呼吸提供支持。这就可让您因呼吸困难而疲劳的身体得到休息。使用呼吸机通常只是暂时的。呼吸管通常可以在几天内移除。当插上这一呼吸管时，您将无法说话或进食。在这段时间内，可能会通过您的鼻子将一根小管插入您的胃部，好让您能得到所需的营养和药物。



您一定要记着，机器呼吸治疗只在绝对必要时才使用。而且必须经过您或您信任能够为您做出医疗决定的人同意才可进行。

长期性呼吸治疗

如果您需要更长的时间来康复，就要将呼吸管从您的口鼻中拿出来，改用气管插管。气管插管术是在颈的底部开一个小洞和放入一根短管。这与普通的呼吸管不同，您可以在气管插管情况下说话和进食。气管插管通常是暂时的，当您的情况有足够的好转后就可以拿出来。颈上的小洞便会逐渐痊愈及收合起来。

呼吸机风险

使用呼吸机有一些风险。其中一项风险称为呼吸机相关性肺炎或 VAP。意思是您在使用呼吸机时可能会患上肺炎。VAP 比其他肺炎较难治疗，需要很强效力的抗生素。现在医院已经很成功和有效的计划来减少病人受感染的机会。

自己做决定

虽然您可能不希望自己会处于无法为自己做出医疗决定的情况，但预先做好准备总是最好不过的。您要告诉您的家人如果您不能亲自表达意见时您想要哪一类治疗。要选择一位值得信赖且确保能尊重和遵循您的意愿的朋友或家人。

想要得到关于此主题的更多信息，请参阅 COPD Foundation 改善生活指南的 " 预立指示：计划和力量 "

出院

在您将要出院时，您的医疗护理提供者会给您很多信息，包括：

- 更改您在家的用药时间表。
 - 您的药物可能会有更改，或者您可能要加用些其他的药物。
 - 您一定要将药吃完和遵照医生吩咐服用。当您感觉好些时，不要停止服药。此外，请按照住院期间给您的任何新处方配药，好让您继续好转。
 - 确保您知道哪些呼吸药物用于快速解救，哪些用于每日（维持）使用。如果您不确定，请询问您的医疗团队。
- 关于使用氧气的信息（如有需要）。
- 您可以进行哪些活动或运动，以及您应该避免做些什么事情。
- 饮食的信息。
- 要注意哪些症状可能需要医疗帮助。
- 呼吸治疗和深呼吸运动。
- 家庭护理服务（如适用）。
- 肺部康复计划的信息。
- 如何戒烟（如果您是吸烟者）。

- 何时去见医生复检
 - 记住要去复检。建议您在出院后一星期内去见您的医疗护理提供者作复检。
 - 带同您所有药物（旧药和新药）名单以及您在急诊室就诊或住院期间的任何文件。

如果您对您的护理有任何疑问，请在出院前问清楚。在下方写下您的问题，当您得到答案时就写下来。例如：

1. 我回家时是否需要任何特别的仪器?

2. 使用吸入器的正确方法是什么？

3. 我附近是否有任何 COPD 支持小组?

4. _____

5. _____

如果您出院不是直接回家

如果您住院后身体状况欠佳，不能出院直接回家，您的医疗护理提供者可能会将您送往另一间医疗机构。在那里，您可能会获得特殊服务，例如物理或职业治疗。目的是确保您回家时您能够治理您的COPD，使您可以保持健康和独立生活。

康复过程

住院后，初时您可能会感觉不太舒服。可能需要一段时间才可以增强您的体力和恢复您的日常活动。但您不要气馁，这是康复过程中正常的一部分。对自己要有耐心。遵循您的治疗计划去做，按照指示使用药物，并注意复发的警示。这些都是治理 COPD 和防止再次住院的重要措施。

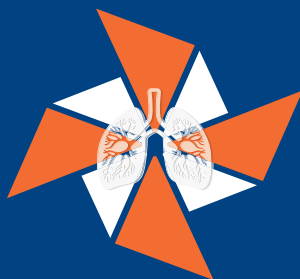
资源

想要了解更多关于從医院到回家的信息，请浏览慢性阻塞性肺病基金会网站，网址为 copdf.co/hospitaltohome

想要得到帮助您治理COPD及与此病共同蓬勃地生活的信息，请浏览慢性阻塞性肺病基金会改善生活指南，网址为 copdf.co/guides

想要了解更多关于其他 COPD 患者对出院回家的看法，请浏览慢性阻塞性肺病基金会的在线社区COPD360social，网址为 www.copd360social.org

注释



COPD FOUNDATION®

Miami, FL | Washington, DC

www.copdfoundation.org

COPD360 社区支持热线:
1-866-316-COPD (2673)

支气管扩张和 NTM 信息热线:
1-833-411-LUNG (5864)

本指南已由慢性阻塞性肺病基金会改善生活指南审核团队成员
进行审核

COPD基金会感谢叶镇强医生在翻译本教材方面的专业知识