

家居氧氣治療

胸肺復康教育小冊子



2017年6月 第三版



醫院管理局
Hospital Authority



職業治療師
統籌委員會

目錄

家居氧氣治療的目的	1
家居氧氣治療	2
日常生活氧氣治療的流量及使用時間	3
氧氣機使用方法 - 走珠式	4
氧氣機使用方法 - 轉盤式	5
使用氧氣機的注意事項	6 - 7
氧氣瓶使用方法	8
氧氣瓶的供氧時間	9
使用氧氣瓶的注意事項	10
清潔	11
省氧器使用說明	12-14
使用省氧器的注意事項	15
其他氧氣治療裝備	16
安全須知：一般安全指引	17
使用氧氣喉的注意事項	18
使用手提氧氣瓶外出及乘搭交通工具的安全指引	19
處理緊急事故	20
總結	21

家居氧氣治療的目的

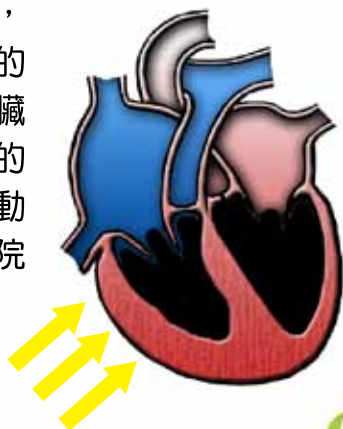
氧氣是用來維持生命的。我們每天都需要不斷地從空氣中吸入氧氣，吸入的氧氣便會進入流經肺部的血液；然後由心臟將充氧後的血液泵到身體各部份。



患者多因為肺部或循環系統的毛病，使肺部不能透過正常呼吸而取得足夠的氧氣去供應身體所需，因而出現缺氧和氣喘的情況。醫生會根據患者於日常生活中缺氧程度、血液化驗結果等因素，來決定是否需要安排家居氧氣治療。



另外，長期缺氧會令右心壓力增大，引致心臟衰弱。氧氣治療提供額外的氧氣，可減低心臟負荷及肺原性心臟病的產生；亦可減低因缺氧而產生的身體不適及減少氣喘，從而改善活動能力及生活質素，甚至減少患者入院次數以及達致延長壽命的效果。



家居氧氣治療

氧氣必須根據醫生處方去使用。家居氧氣治療能為身體提供額外的氧份，而**長期使用是不會導致上癮**。

目前最常用的家居氧氣儀器是**氧氣機**，操作原理是抽入四週空氣，然後將氧氣與其他氣體分開後再濃縮，再輸出高純度氧氣。



在香港，安排家居氧氣機時，一般都會同時安排**手提氧氣瓶**作後備及外出時使用。手提氧氣瓶所盛載的是壓縮氧，使用時，氧氣會從外置的流量錶或省氧器排出。



氧氣治療的份量和使用時間

1. 日常生活氧氣治療指引

活 動	度數
 <p>睡覺時(包括小睡): 例如:午睡</p>	
 <p>休息及輕巧的活動: 例如:看報紙、梳洗(坐著進行)</p>	
 <p>中量的活動: 例如:穿衫褲、如廁、室內行走、收摺床被、掃地、簡單無火煮食等</p>	
 <p>繁重的活動: 例如:沖涼、購物、行上樓梯/斜坡、抹地、洗晾大件衣物等</p>	

2. 使用時間

- 每天應至少使用**15小時**(包括活動及睡眠), 而連續24小時使用效果最為理想。
- 只需活動時使用
- 舒緩性治療
- 只需睡眠時使用

註: 氧氣治療如藥物治療一樣, 應按照醫生或治療師的指示, 切勿胡亂更改。如感到不適, 應盡快向醫生求診。

氧氣機使用方法



1. 將氧氣機插上獨立插座

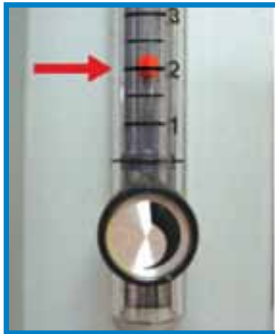


2. 將氧氣喉接上氧氣駁咀



3. 按開關掣啟動氧氣機

度數珠流量控制器



4. 調較至醫生指定度數



5. 關機前，需較回零度數



6. 關機

注意：將度數珠的中心點調較至刻度上水平位置

轉盤式流量控制器



1. 調較至醫生指定度數



2. 使用後，可直接關機

注意:

氧氣流量4度或以下使用者，可直接使用氧氣駁咀，無需使用濕潤杯。

氧氣流量4度以上使用者，可與治療師商量是否需要使用濕潤杯；若使用濕潤杯時，建議注入無菌水。濕潤杯需要定期徹底消毒，而無菌水則每天更換。



濕潤杯

無菌水

使用氧氣機的注意事項

- 應使用獨立的三腳插座。
- 需預留一呎空間，讓四周的空氣抽入，亦有助散熱。
- 為了確保運作正常，必須經常保持室內空氣流通。



- 盡量避免陽光直接照射。
- 避免使用明火煮食，可選擇使用電飯煲或電磁爐。

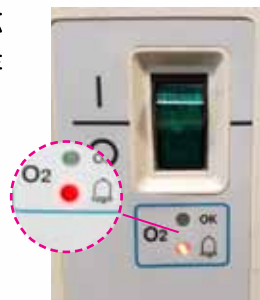


- 當停止使用氧氣時，需關閉氧氣機。



使用氧氣機的注意事項 (續)

- 如氧氣機運作時警號響起或紅色指示燈亮起，可嘗試檢查電源。如問題持續，請與供應商聯絡。



- 如氧氣流量減少，即流量控制器內的度數珠自動移向下，請檢查氧氣喉是否殘破、被阻塞或鬆脫。



- 啟動氧氣機時若警號聲微弱，可能是內置電池用盡，請聯絡供應商。機身上應貼有聯絡供應商的電話。



- 供應商一般會約**2 - 3個月定期上門免費檢查及維修氧氣機**。如有遺漏，應自行聯絡供應商作定期檢查。



氧氣瓶使用方法



1. 將氧氣瓶開關掣，向逆時針方向轉動約一圈。(如有需要，可套上鎖匙開關)



2. 留意流量錶的壓力指示針會由紅色移向綠色位置。



3. 調較流量錶上的流量控制器至醫生指示之流量。



4. 用完後，將開關掣向順時針方向轉緊。



5. 留意流量錶的壓力指示針會慢慢移回零。



6. 調較流量控制器至零度(0)或(off)。

氧氣瓶的供氧時間

如果你需作戶外活動，例如覆診和飲茶，可使用手提氧氣瓶，每次外出前應預算外出時間，檢查手提氧氣瓶內是否有足夠的氧氣，好好計劃行程。

氧氣瓶使用時間 (小時: 分鐘)		氧氣流量 (度 L min)						
氧氣瓶型號	容量 (公升)	0.5	1	1.5	2	3	4	5
B	170	5:40	2:50	2:07	1:25	0:56	0:42	0:34
C	230	7:40	3:50	2:53	1:55	1:16	0:57	0:46
D	406	13:32	6:46	5:05	3:23	2:15	1:41	1:21

(以上只作參考用途，個別供應商的氧氣瓶供氧時間會有所不同)

若開啟後壓力指示針指向綠色區域時 (大約是 2000 或 4/4 的刻度)，即表示氧氣瓶是滿的；若壓力指示針跌至紅色區域內，應盡快聯絡供應商更換氧氣瓶。



如需使用較大的氧氣瓶，可向供應商購買專用手拉車。如需要多一支氧氣瓶，可向供應商查詢。根據消防條例，每個住宅單位內不能儲存多於2支氧氣瓶。



使用氧氣瓶的注意事項

- 為確保攜帶安全，建議將氧氣瓶放入**手提袋**或**手拉車**。
- 由於頂部開關掣的活門容易損壞，**氧氣瓶應擺放在穩固的位置**，防止撞擊及翻側。
- 處理氧氣瓶時，要確保**雙手沒有沾到任何油脂**。



- 切勿將氧氣瓶放在地上拖行或滾動。拿起氧氣瓶時，**亦切勿只握著頂部開關掣或流量錶**。



- 切勿在氧氣瓶上使用含蠟質清潔劑、清潔噴霧或任何潤滑劑。
- 必須定期檢查氧氣瓶，如發現瓶身有凹痕、裂痕、顏料退色或滲漏，應盡快聯絡供應商去更換。
- 氧氣使用者必須使用由供應商提供合規格的氧氣瓶。氧氣瓶上必須貼有由供應商測試合格及安全使用的標籤。氧氣使用者切勿破壞氧氣瓶上的標籤。



清潔

- 最少每星期用梘水清洗隔塵網一次，沖洗乾淨後用毛巾吸乾水份，於陰涼地方風乾後放回氧氣機（註：有個別氧氣機型號是沒有隔塵網的）。
- 每天用梘水清潔鼻喉出氣部分，然後用凍滾水沖洗乾淨。
- 最少每星期將鼻喉消毒一次。



消毒程序

- 先準備稀釋的消毒溶液於清潔器皿中，消毒溶液可選擇：
 - * 1份食用白醋加3份凍滾水，
或
 - * 1比49的漂白水
- 將鼻喉出氣部分放於消毒溶液中，注意出氣孔向下。
- 使用食用白醋的浸洗時間為六十分鐘，而稀釋漂白水的浸洗時間為十至二十分鐘。
- 消毒後，用凍滾水沖洗，然後風乾。



省氧器使用說明

如需作長時間的戶外活動，而氧氣瓶所選用的容量未能提供足夠供氧時間，可與職業治療師商量，評估及選擇適合病患者使用的省氧器。省氧器可**延長氧氣瓶供氧時間約 2-3 倍**。



1. 電子式省氧器：



1. 將省氧器連接氧氣瓶，再連接氧氣喉。



2. 將氧氣瓶開關掣，向逆時針方向轉動（如有需要，可套上鎖匙）

1. 電子式省氧器 (續)



3. 檢查容量是否足夠。



4. 調轉至“省氧”制式。



5. 調較流量。



6. 使用完畢，先將開關掣向順時針方向收緊。再將制式轉至“直流式”放氣。



7. 等流量錶的壓力指示針移回零，才將制式轉回“省氧”制式。

2. 氣動式省氧器



1. 將省氧器連接氧氣瓶，再連接氧氣喉。



2. 將氧氣瓶開關掣，向逆時針方向轉動。（如有需要，可套上鎖匙開關）



3. 檢查容量是否足夠。



4. 將省氧掣轉到“省氧”制式。再調較流量。

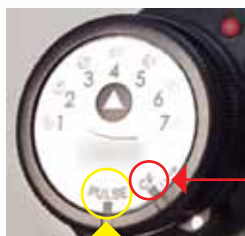


5. 使用完畢，先將氧氣瓶開關掣向順時針方轉緊。再將省氧掣轉到直流式（連續）方向。



6. 當流量錶的壓力指示針回到零，便調較流量至[0]。

使用省氧器的注意事項



直流式
CF

省氧式
PULSE

1. 當使用電子式省氧器時，吸氧時綠燈會亮起。若綠燈沒有亮著，應注意呼吸及檢查氣喉。



2. 若發覺省氧器未能正常提供氧氣，可將省氧器調至直流式放氣功能，便可連續排放氧氣。
3. 當使用電子式省氧器時，若電量燈亮著，便需更換電池。

(如有其他需要，可聯絡供應商安排檢查。)

* 不同型號的省氧器在功能上會有所分別，請向你的職業治療師查詢。

其他氧氣治療裝備

鼻喉式省氧喉

- 鼻喉式省氧喉內的軟膜不能弄濕，弄濕了應更換新喉。
- 省氧喉應每月更換一次。
- 省氧喉不能與電子式 / 氣動式省氧器同時使用。



手提式氧氣機



- 是一部小型、輕巧的手提製氧機，需配合電池使用。手提式氧氣機可方便患者作較長時間的戶外活動及短途旅行。
- 不同型號的手提式氧氣機在功能上會有所分別，有些可調較流量由 1 — 6 度。
- 根據不同的流量，使用時間會有所分別。（約50分鐘至10小時）
- 請向你的職業治療師查詢及評估。



安全須知

一般安全指引

- 由於氧氣本身是一種助燃的氣體，所有氧氣機及手提氧氣瓶必須遠離火種、油脂、熱源及易燃物品，**最理想的放置距離不少於6呎。**

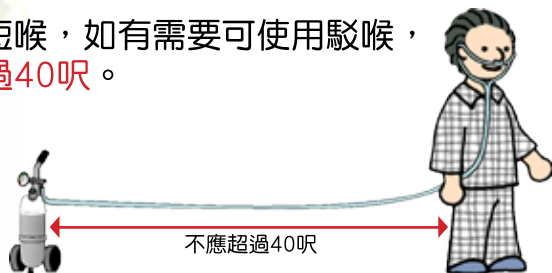


- 當房 間內有氧氣治療儀器運作時，**切勿吸煙**，否則會有機會引起火警。
- 對於拒絕戒煙的患者，我們並不建議他們獲處方氧氣治療。
- 同時，吸煙亦會大大減低氧氣治療的功效，所以應盡快戒煙。



使用氧氣喉時要注意

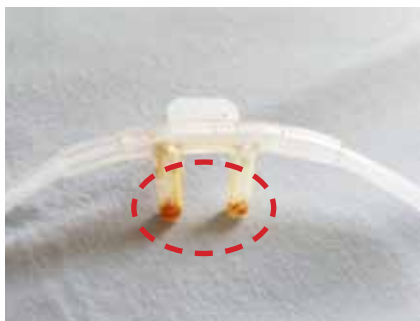
- 平日應盡量使用短喉，如有需要可使用駁喉，但總長度**不應超過40呎**。



- 氧氣喉需妥善放置，避免絆倒。
- 避免摺曲氧氣喉，確保氧氣正常輸出。
- 不需使用的氧氣喉，應放進清潔的膠袋內，確保衛生。
- 一般建議約**2-3個月**定期更換氧氣喉。



- 當氧氣喉變硬或有污漬阻塞時，應盡快更換。



Year 201X

January	February	March
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
✓	✓	✓
April	May	June
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30
✓	✓	✓
July	August	September
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30
✓	✓	✓
October	November	December
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
✓	✓	✓

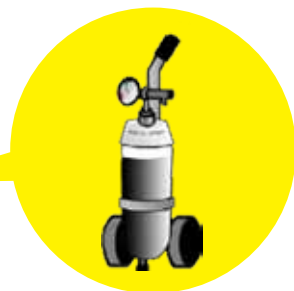
使用手提氧氣瓶外出及乘搭交通工具的安全指引

- 在香港，壓縮氧氣是在危險品條例(第295章)下受到管制的危險品之一，現時各主要公共交通機構對運輸**壓縮氧氣瓶**（即**二類危險品**）有一定的規限，故使用者攜帶手提式醫療用氧氣瓶乘坐公共交通工具時，亦受相關條例的限制。
- 氧氣使用者應視乎實際需要，留意相關條例的限制以及安全守則。
- 當手提氧氣瓶運作時，無論乘坐公共交通工具或私家車，使用者及司機都要採取適當的預防措施慎防緊急事故發生。
- 如需作長時間外出如出境旅遊或乘坐飛機時，應先諮詢專業醫護人士的意見，並需預先聯絡氧氣供應商和航空公司去作出相關的安排。



遇到火警時的應變措施

- 如遇火警，應盡快逃離現場。
- 若正在乘坐交通工具，應知會司機立刻停車及關掉引擎。
- 遵照現場逃生標誌或在場協助疏散人士的指示，立刻離開現場或所乘坐的交通工具。
- 在安全情況下，嘗試將手提氧氣瓶移離危險現場。
- 如有手提氧氣瓶留於危險現場，應知會警方、消防及在場協助疏散的人士跟進。



遇到停電/壞機的應變措施

- 保持鎮定，減少活動量及多休息。
- 如壞機，應立即致電供應商24小時緊急熱線安排維修或換機。
- 如停電，可聯絡有關方面查詢停電的時間。
- 應經常準備一樽手提氧氣瓶以作後備用途。
- 如出現嚴重氣喘及缺氧情況，患者應到專科診所或急症室求助。

總結

家居氧氣治療除了可解決病人缺氧的情況，亦可令患者應付日常生活及戶外活動時減少氣喘。如果能適當地應用氧氣治療，患者便可以維持正常的活動，增加信心，積極面對生活，從而提升生活質素及延長壽命。



如有查詢，請致電 _____

與職業治療師 _____ 姑娘 / 先生聯絡。

聲明：

本冊子所提供的資料主要為讀者講述家居氧氣治療的知識和應用。由於患者的情況各有不同，請遵照醫護團隊所處方的氧氣治療劑量。為達致最佳的治療效果，病人或家屬不應自行更改。如發覺情況有變，應盡快向有關的醫務人員查詢。