

- 3.過程中若頭暈、心跳過快、胸悶或口唇發麻，可能是過度換氣，宜暫時休息至情況改善後再練習。
- 4.使用前後將接口器用冷開水清洗並甩乾置放於通風處。

五、參考文獻

Restrepo, R. D., Wettstein, R.,
Wittnebel, L., & Tracy, M. (2011).
Incentive spirometry: 2011.
Respiratory Care, 56(10), 16001604.
<https://doi.org/10.4187/respcare.01471>.

義大醫院

地址：高雄市燕巢區角宿里義大路1號

電話：07-6150011

義大癌治療醫院

地址：高雄市燕巢區角宿里義大路21號

電話：07-6150022

義大大昌醫院

地址：高雄市三民區大昌一路305號

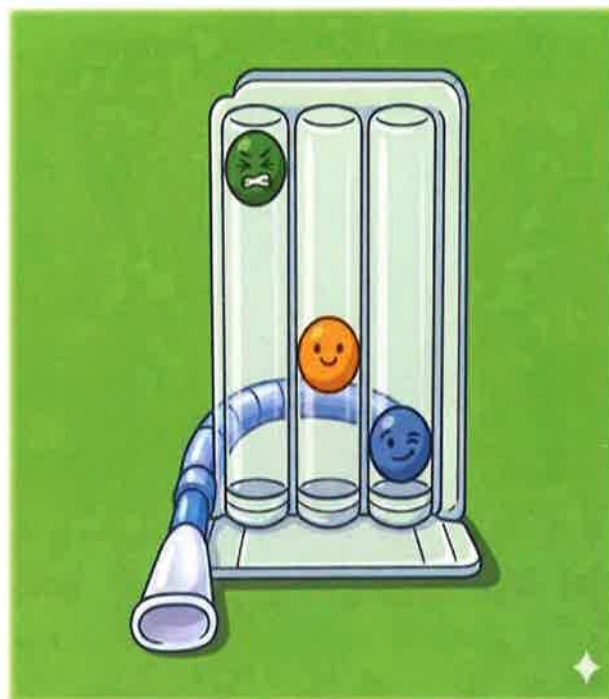
電話：07-5599123

本著作權非經著作權人同意不得轉載翻印或轉售

著作權人：義大醫療財團法人

20X20cm 2026.10印製 2026.06修訂 HA-9-0067(2)

TRIFLO 誘發性肺量計衛教單



 義大醫療財團法人
E-DA HEALTHCARE GROUP

一、目的

經口執行腹式呼吸，做長、深、慢之吸氣，可增加經肺壓和吸氣容積，進而改善吸氣肌的效率，建立正常的肺充氣型態，以期預防或改善肺塌陷所引起之合併症。

三球式誘發性肺量計



二、適應症

1. 胸腔手術。
2. 開腹手術。
3. 慢性阻塞肺病患者接受手術。

三、操作說明

1. 採半坐臥或坐姿。
2. 將三球式肺量計直立置於眼睛正前方。



3. 自然的呼氣，將接口器緊含在口中。
4. 經口執行腹式呼吸，做長、深、慢之吸氣。
5. 當浮球達到頂端，閉氣3-5秒，再由嘴慢慢吐氣。



6. 持續使用效果最佳。扣除睡眠、休息及進食前後一小時，建議每小時練習10至15次。



四、注意事項

1. 吸氣時浮球達頂端且球停留 3 - 5 秒才為有效練習。
2. 每做一、兩次深呼吸後，需平靜呼吸一下子再做深呼吸訓練，以避免過度換氣。