



健康公告

誤吸

加州發展服務部

2024年8月



本公告是否有幫助？

[點擊這裡](#)

誤吸是指食物、液體或體液等小物質進入肺部的現象。誤吸可能是一個嚴重的醫療問題，因為它可能導致肺炎或其他感染等嚴重健康問題。請瞭解如何識別和處理您所照顧的人出現誤吸的情況。

統計資料

即使在健康人群中誤吸也很常見。雖然誤吸可能影響任何年齡段的人，但幼兒和老年人發生誤吸的風險最高。

根據DDS特殊事件報告，從2022年9月至2023年9月，報告了**73**例因吸入性肺炎導致的意外住院。



那些發生誤吸的人更有可能有反復發作的胸部感染的病史。

發生誤吸的智力和發育障礙(I/DD)成年人更容易患有慢性肺病。

依賴他人進行口腔餵食的人群患慢性肺病的風險最高。

資料來源：[ASPIRATION RISK - STATPEARLS - NCBI BOOKSHELF](#) (誤吸風險 - STATPEARLS - NCBI書架) (NIH.GOV); DDS OFFICE OF STATEWIDE CLINICAL SERVICES (DDS全州臨床服務辦公室)。



健康與安全公告由發展服務部編制，旨在提醒直接服務提供者、區域中心工作人員和其他人等，留意我們社區中的特定風險。請透過本調查提出對本公告的回饋意見以及我們可以改進的地方：[公告調查](#)

增加個人誤吸風險的因素

吞嚥困難或吞嚥障礙
難以控制頭部、頸部、舌頭或喉嚨肌肉
行動受限導致無法保持挺直坐姿
胃食管反流病(GERD)
進食過快或一次往口中放入過多食物
牙齒問題導致無法充分咀嚼
解剖結構異常，如氣道過窄或舌頭過大



誤吸的症狀

誤吸並不總是容易被察覺的。可能看起來一個人並沒有發生誤吸。這個人可能會抱怨感到呼吸急促或喉嚨裡有東西卡住。無法自我報告的人需要依靠其照護團隊來識別誤吸的症狀。



症狀包括：

脫水
體重下降
發燒(可能在進食後30分鐘到1小時出現)
在飲水或進食期間或之後出現以下任何情況：
 幹嘔或噎住
 持續咳嗽
 感覺呼吸不暢
 聲音改變，如聲音嘶啞、咕嚕聲或聽起來有痰音
 呼吸急促或疲勞
唾液分泌過多(可能表現為吃飯時流口水) 喉嚨發出喘鳴聲
吞嚥時疼痛或感覺喉嚨裡有異物感
吞嚥困難(可能表現為異常的頭部或頸部動作)

如果您懷疑發生誤吸，應該怎麼做

許多智力和發育障礙 (I/DD) 人士難以識別或報告症狀。誤吸的症狀可能在發生後才變得明顯，且可能看起來與誤吸無關。誤吸常常不易被察覺。

如果有人噎住，鼓勵他們吐出口中剩餘的食物或液體。

如果有人咳嗽，鼓勵他們繼續咳嗽，因為這可能會清除氣道中的異物。

● 避免給予更多食物或飲料，直到他們恢復到基本狀態。

● 對任何發生噎住的人進行監測，觀察是否有潛在的誤吸跡象。

高風險個體、多次發生噎住的個體、進食或吞嚥有困難的人，或任何表現出誤吸跡象的人，都應該接受醫療專業人員的評估。

預防誤吸的方法

與個人及其醫生或專科醫生討論以下注意事項：

● 某些藥物可能會影響人的吞嚥能力 (如鎮靜劑、阿片類藥物和肌肉鬆弛劑)。

解決任何牙齒問題，確保能夠充分咀嚼食物。

輔助器具可以幫助更舒適地進食，並降低誤吸風險。

● 閱讀更多關於用餐輔助器具的資訊

考慮調整飲食：

● 軟質或糊狀飲食可能有幫助

● 在食物和飲料中添加凝固粉可以幫助降低誤吸風險

確保保持正確的姿勢，尤其是在進食或飲水時。

如有需要，提供提醒和/或提示，以減緩進食速度或減少每口食量。

資料來源：[HIGN](#); [Cedars Sinai](#); [Mayo Clinic](#); [DDS](#)。



其他資源

- [Checklist: Aspiration/Aspiration Pneumonia Risk Factors \(清單: 誤吸/吸入性肺炎風險因素\)](#)
- [My Dining Profile \(我的用餐檔案\) \(ca.gov\)](#)
- [Personal Placemat Activity \(個人餐墊活動\) \(ca.gov\)](#)
- [Care After Choking Incidents \(噎住事件後的護理\)](#)
- [Cutting Board: Food and Liquid Consistencies \(切菜板: 食物和液體稠度\) \(ca.gov\)](#)