



## 拍痰（叩擊）注意事項(印尼文)

### Hal hal yang harus diperhatikan ketika menepuk untuk mengeluarkan dahak

#### 一、叩擊目的(Tujuan menepuk)

利用空氣振動原理，使積在肺部的痰液鬆動，再應用重力原理及改變身體姿勢，使附著在氣管上的痰液鬆動，將深部痰液咳出，除去呼吸道分泌物，進而增進或提昇呼吸型態，以改善肺部功能、支氣管炎及肺擴張不全等症狀。再藉由咳嗽或抽痰的方式清除分泌物，可促進痰液排出，促進肺部擴張。

Dengan menggunakan prinsip getaran udara untuk melonggarkan dahak yang terkumpul di paru-paru, lalu menerapkan prinsip gravitasi dan perubahan postur tubuh untuk melonggarkan dahak yang menempel pada trakea, sehingga dapat batuk dan mengeluarkan dahak dalam, agar menghilangkan sekret pernafasan, yang dapat meningkatkan pola pernafasan serta memperbaiki fungsi paru-paru, gejala bronkitis dan insufisiensi paru. Batuk atau pengeluaran dahak dapat mendorong keluarnya dahak dan meningkatkan ekspansi paru-paru.

#### 二、適用對象 Objek yang bisa diterapkan

(一) 肺部分泌物黏稠或量多者。

Mereka yang sekresi paru-parunya kental atau berat.

(二) 長期臥床或固定不動者。

Mereka yang baring di tempat tidur atau tidak bergerak untuk waktu yang lama.

(三) 年紀大咳嗽能力差者。

Orang tua dengan kemampuan batuk yang buruk.

(四) 慢性阻塞性肺病、肺炎、支氣管擴張、肺塌陷等肺部疾病。

Penyakit paru-paru seperti penyakit paru obstruktif kronik, pneumonia, bronkiektasis, dan kolaps paru.

#### 三、那些情形不適合進行叩擊？

##### Dalam keadaan seperti apa tidak cocok untuk melakukan tepukan?

當屬於下列情況時，請勿給予叩擊，以免造成病人不舒服或病情的惡化，應經醫師評估許可後才能進行。

Ketika pasien termasuk mempunyai penyakit seperti dibawah ini, diharapkan agar tidak menepuk secara sembarangan, untuk menghindari pasien merasa tidak nyaman atau keadaan penyakitnya menjadi semakin memburuk, harus memperoleh penilaian dari dokter baru diperkenankan untuk melakukan hal tersebut.

三軍總醫院 護理部 編印  
胸腔內科

諮詢電話：(02) 24633330

- (一) 患有皮下氣腫、肺栓塞、肺膿瘍、氣胸、骨質疏鬆。  
Menderita emfisema subkutan, emboli paru, abses paru, pneumotoraks, osteoporosis.
  - (二) 曾接受大血管手術後，如心肺血管手術術後。  
Pernah melakukan operasi saluran darah besar, seperti setelah melakukan Operasi vaskular cardio.
  - (三) 頭部損傷導致顱內壓升高時。  
Cidera bagian kepala dan menyebabkan peningkatan tekanan intrakranial.
  - (四) 胸部肋骨骨折、胸部手術術後，或施行叩擊反而使病人疼痛者。  
Tulang rusuk patah, setelah operasi dibagian dada, atau ketika memberikan tepukan punggung dan membuat pasien terasa sakit.
  - (五) 頸部、脊椎損傷者。  
Bagian leher dan tulang belakang mengalami cedera.
  - (六) 有出血傾向：咳血、凝血因子不正常者。  
Kecenderungan perdarahan: batuk darah, Faktor pembekuan darah yang tidak normal.
- (一) 已知或懷疑為肺癌或肺轉移性疾病者。  
Telah mengetahui atau kemungkinan menderita Kanker paru-paru atau penyakit paru-paru metastatik.

#### 四、人工叩擊執行方式：

##### Cara melakukan menepuk dengan manual

- (一) 可利用手持拍痰杯（圖一）或將手指密合弓成杯狀（圖二），手腕放鬆，利用手腕關節自然彎曲的力量以手指邊緣叩擊胸壁，叩擊時會發出“波波”聲（注意掌心不應觸碰病人胸壁皮膚）。



圖一 Gambar 1

Anda dapat menggunakan cangkir dahak genggam (Gambar 1) atau membuat jari Anda membentuk seperti cangkir (Gambar 2), buat rileks pergelangan tangan Anda, gunakan kekuatan tekuk alami dari sendi pergelangan tangan Anda untuk menepok dinding dada dengan ujung jari Anda. Saat menepok, akan terdengar suara “pok pok” (perhatikan bahwa telapak tangan tidak boleh menyentuh kulit dinding dada pasien).



圖二 Gambar 2

- (二) 雙手交替或單手叩擊，叩擊頻率約一秒鐘一下，叩擊背部特定部位每次 1~2 分鐘，才移至下一個叩擊位置，期間病人應配合做深呼吸、咳嗽將痰排出，如果病人無法將痰液咳出，可以抽痰方式將痰抽出。

Menepuk dengan dua telapak tangan secara bergantian atau satu telapak tangan saja, frekuensi kecepatan menepuk kira-kira 1 detik 1 kali tepukan, menepuk bagian tertentu di dada, setiap kali menepuk 1~2 menit, dan baru ganti ke bagian lainnya, bagian yang akan ditepuk harus mendapat saran dari dokter, tidak boleh menepuk di bagian tulang belakang, tulang dada, jantung, dan ginjal. Setiap kali menepuk bisa dilakukan selama 20~30 menit. Selama menepuk, pasien harus menyesuaikan dengan mengambil napas dalam dan dihembuskan, apabila batuk maka dahak harus dikeluarkan, jika pasien tidak dapat mengeluarkan dahak tersebut sendiri, bisa dengan cara menyedot dahak.

- (三) 執行時間：進食前一個小時或飯後 2 小時實施，以免造成嘔吐。

Waktu atau jam untuk melakukannya: dilakukan sebelum mengkonsumsi makanan atau 2 jam setelah makan, untuk menghindari terjadinya mual atau muntah.

- (四) 執行頻率：一天約 3~4 次，可視痰液多寡來增減次數。

Frekuensi: bisa dilakukan sekitar 3~4 kali sehari

## 五、機械型拍痰儀使用方式

### Cara menggunakan alat mesin untuk menepuk dahak

- (一) 依病人需求調整機械型拍痰儀（圖三）調整震動頻率、時間、震動壓力，每次使用時都需再次確認震動頻率、時間、震動壓力是否正確。

Berdasarkan keperluan pasien bisa mengatur frekuensi getaran mesin atau alat menepuk dahak (gambar 3), pengaturan waktu, dan tekanan getaran, setiap kali menggunakannya harus memastikan kembali frekuensi getarannya, waktu, dan tekanan getaran apakah sudah benar atau belum.



圖三 Gambar 2

- (二) 每次使用時間為 20~30 分鐘，一天約 3~4 次，可視痰液多寡來增減次數。 Setiap kali menggunakannya sekitar 20~30 menit, 3~4 kali sehari, bisa dilihat kondisi banyak sedikitnya dahak yang ada dan menambah jumlah kali untuk menepuk dahak.

(三) 使用部位每次需左右側背部交替使用，於使用後觀察病人扣擊部位皮膚是否有異常。

Sisi kiri dan kanan punggung harus ditepok secara bergantian setiap kali. Setelah ditepok, amati apakah kulit pasien di area tersebut tidak normal.

## 六、注意事項 Hal-hal yang harus diperhatikan

(一) 執行者站的位置，應面向病人的臉，以便隨時觀察病人。

Posisi penepok harus menghadap wajah pasien agar pasien dapat diamati setiap saat.

(二) 叩擊部位請依醫護人員建議，不可叩擊脊椎骨、胸骨、心臟、腎臟。

Mohon ikuti anjuran tenaga medis pada bagian-bagian penepokan, hindari tulang punggung, tulang dada, jantung, dan ginjal.

(三) 執行拍痰時注意勿拉扯或壓迫鼻胃管、點滴注射管路及其他傷口引流管路。

Berhati-hatilah agar tidak menarik atau menekan pipa nasogastrik, pipa injeksi intravena dan pipa drainase luka lainnya saat melakukan penepokan dahak.

(四) 協助病人採取適當姿勢並予枕頭適當支托，儘量使脊椎平直、胸部擴張。若病人為側躺，則叩擊者站在面向病人側進行叩擊（圖四）。



圖四 Gambar 4

Membantu pasien mengambil posisi yang tepat dan memberikan bantal untuk mengganjalnya, diusahakan supaya posisi tulang belakang membentuk satu garis datar, dada terbuka. Apabila pasien berbaring dengan posisi kesamping, maka orang yang membantu menepuk harus berdiri didepannya dengan arah miring ke badan pasien untuk melakukan tepukan (gambar 4).

(五) 若痰液太黏稠，可依醫囑先給予蒸氣或化痰藥物吸入後再執行叩擊，效果更好。

Apabila cairan dahak terlalu kental dan menempel, bisa berdasarkan petunjuk dari dokter untuk memberikan uap atau obat untuk menghilangkan dahak, dan kemudian baru melakukan tepukan, dan hasilnya akan lebih baik.

(六) 使用氧氣或易發紺的病人應持續維持氧氣提供。

Bagi pasien yang menggunakan oksigen atau yang mudah terjadinya sianosis, harus terus memberikan oksigen.



(七) 叩擊時病人若有臉色發紺、胸悶、心悸、意識不清、呼吸困難、嘔吐、劇烈咳嗽或過度疼痛時應立即停止，協助病人翻回正躺，並採半坐臥姿，且立即通知醫護人員。

Ketika menepuk pasien apabila warna muka menjadi ungu, sesak napas, muntah, batuk berlebihan atau ketika adanya kesakitan yang serius, harus segera diberhentikan, bantu pasien membalikan badan dan berbaring di posisi yang tepat, dan dengan posisi setengah duduk, serta segera memberitahukan kepada perawat atau dokter.

(八) 叩擊後鼓勵病人將痰液咳出，或請護理人員協助抽痰。

Beri semangat kepada pasien untuk batuk dan mengeluarkan dahak setelah penepokan, atau minta staf perawat untuk membantu penyedotan dahak.

### 參考資料 Referensi data

沈季香、楊麗玉 (2020) · 探討胸腔物理治療對肺部感染病人住院天數、醫療費用之影響 · 護理雜誌, 67 (2), 58-64。

Ntoumenopoulos, G., Hammond, N., Watts, N. R., Thompson, K., Hanlon, G., Paratz, J. D., & Thomas, P. (2018). Secretion clearance strategies in Australian and New Zealand intensive care units. *Australian Critical Care*, 31 (4), 191-196.

Wang, T. H., Wu, C. P., & Wang, L. Y. (2018). Chest physiotherapy with early mobilization may improve extubation outcome in critically ill patients in the intensive care units. *The clinical respiratory journal*, 12(11), 2613-2621.

### 護理指導評值 Evaluasi bimbingan keperawatan

⊙是非題 Benar atau salah

1. ( ) 叩擊目的，是利用空氣振動、重力原理及身體姿勢改變，使附著在氣管上的痰液鬆動，將深層痰液咳出？

Tujuan penepokan adalah memanfaatkan getaran udara, prinsip gravitasi dan perubahan postur tubuh untuk mengendurkan dahak yang menempel pada trakea dan membatukkan dahak yang dalam?

2. ( ) 執行拍痰時注意勿拉扯或壓迫鼻胃管、點滴注射管路及其他傷口引流管路？

Berhati-hatilah untuk tidak menarik atau menekan selang nasogastrik, jalur injeksi intravena dan jalur drainase luka lainnya saat melakukan penepokan dahak?

三軍總醫院 護理部 編印  
胸腔內科

諮詢電話：(02) 24633330



3. ( ) 當痰液太黏稠，可依醫囑先給予蒸氣或化痰藥物吸入後，再執行叩擊，效果會更好？

Bila dahak terlalu kental, anda bisa menghirup uap atau obat pengurang dahak sesuai anjuran dokter, lalu melakukan penepokan, apakah efeknya lebih baik?

◎選擇題 **Pertanyaan pilihan ganda**

4. ( ) 叩擊時，執行者站的位置為何？

(1)應面向病人的臉，以便隨時觀察病人；(2)背對面向病人的臉，以便隨時觀察病人。

Apa posisi yang benar saat melakukan penepokan?

(1) Menghadap wajah pasien sehingga pasien dapat diamati setiap saat;

(2) Menghadap punggung pasien agar mengamati pasien setiap saat.

5. ( ) 叩擊時病人若有下列哪些症狀，應立即停止，立即通知醫護人員？

(1)臉色發紺；(2)胸悶、心悸、意識不清；(3)呼吸困難；(4)以上皆是。

Jika pasien mengalami salah satu gejala berikut selama penepokan, harus segera berhenti dan segera memberi tahu staf medis?

(1) Sianosis; (2) Dada sesak, jantung berdebar, tidak sadarkan diri; (3) Kesulitan bernapas; (4) Semua hal di atas.

6. ( ) 叩擊需在哪一個時間點執行？

(1)進食前一個小時；(2)飯後 2 小時；(3)以上皆是，以免造成嘔吐。

Kapan penepokan perlu dilakukan?

(1) Satu jam sebelum makan; (2) 2 jam setelah makan; (3) Semua hal di atas untuk menghindari muntah.

(答對 5-6 題⇒完全了解；答對 3-4 題⇒部分了解；答對 1-2 題⇒完全不瞭解)

(Menjawab 5-6 pertanyaan dengan benar: mengerti sepenuhnya; menjawab 3-4 pertanyaan dengan benar: mengerti sebagian; menjawab 1-2 pertanyaan dengan benar: sama sekali tidak mengerti)

1. (0) 2. (0) 3. (0) 4. (1) 5. (4) 6. (3)

三軍總醫院 護理部 編印  
胸腔內科

諮詢電話：(02) 24633330