

阻塞性睡眠窒息症與連續正氣壓呼吸機

甚麼是阻塞性睡眠窒息症？

- 阻塞性睡眠窒息症是一種常見的睡眠疾病。調查顯示，香港約有4%的中年男士和2%的中年女士患上此病。
- 在睡眠時，由於患者上呼吸道的肌肉過度鬆弛，以致阻塞呼吸道，引發短暫呼吸停頓(窒息)的情況。患者會因為血含氧量下降而驚醒，醒後呼吸回復正常並重新入睡。但由於短暫窒息的情況會在整晚重複出現數十甚至數百次，以致大大影響睡眠質素，令患者日間出現渴睡的情況，並影響日常生活及工作。
- 如患者得不到適當的治療，會加重心肺負荷，增加患上高血壓、心臟病和中風等併發症的風險。因此，任何人士若懷疑患上睡眠窒息症，應諮詢醫生的意見，決定是否需要接受檢查或治療。

甚麼是連續正氣壓呼吸機？

- 連續正氣壓呼吸機(以下簡稱呼吸機)是用於治療中度阻塞性睡眠窒息症的常見儀器。每當睡覺時，患者都必需使用呼吸機。
- 呼吸機先把空氣加壓，然後通過面罩把已加壓的空氣輸入患者的上呼吸道，使呼吸道在整個呼吸過程中都能保持暢通。



呼吸機的種類

- 呼吸機可分為固定呼吸機及自動呼吸機兩款。固定呼吸機只會輸出一個固定的氣壓，而自動呼吸機則會按使用者的需要而自動調節輸出的氣壓。
- 當使用者出現呼吸道阻塞時，自動呼吸機會自動增加氣壓打通呼吸道；當呼吸道回復暢通後，呼吸機會自動減低輸出的氣壓。由於自動呼吸機的使用者無須持續接受高氣壓，所以一般會較使用固定呼吸機為舒適，但它的價錢亦較昂貴。

呼吸機的基本配件

呼吸機的基本配件包括：鼻罩/全面罩、頭帶、接駁喉管、呼吸機及濕化器。



- 使用者先用頭帶把鼻罩/全面罩固定在鼻或口鼻部份，然後透過接駁喉管與呼吸機連接。啟動呼吸機後，氣流便會產生並通過接駁喉管及鼻罩/全面罩進入上呼吸道，保持氣管暢通。
- 此外，使用者可選擇附加一個濕化器，以減輕乾燥空氣對上呼吸道的刺激。

呼吸機配件的護理

護理及清潔不同牌子配件的步驟都有分別，應參照製造商的產品說明書。

呼吸機配件	護理時間	護理方法
鼻罩/全面罩	每天	<ul style="list-style-type: none">- 用已稀釋的清潔液及清水清洗。- 然後在陰涼地方掛起風乾。- 待乾透後才使用。
頭帶及接駁喉管	每星期	<ul style="list-style-type: none">- 用已稀釋的清潔液及清水清洗。- 然後在陰涼地方掛起風乾。- 待乾透後才使用。
濕化器	每天	<ul style="list-style-type: none">- 為減低感染退伍軍人病的機會，濕化器只可使用無菌水，(不要使用蒸餾水或來自水龍頭的食水)。無菌水在本港大部分的藥房均有出售。- 每日要替換貯水瓶內的無菌水。- 切勿讓濕化器的貯水瓶儲存積水。傾倒後，抹乾貯水瓶的所有表面，並且注入新的無菌水。
	定期	<ul style="list-style-type: none">- 應按照製造商的指示定期清潔及保養。清潔或消毒後，應用無菌水或煮沸後剛冷卻的食水沖洗。- 如需更多有關退伍軍人病的資訊，請參閱衛生防護中心網頁 (https://www.chp.gov.hk/tc/healthtopics/content/24/2117.html)。
呼吸機	定期	<ul style="list-style-type: none">- 先拔掉電源，用沾上溫和清潔液的布清潔呼吸機的外殼。- 待機身完全乾透後，才可接駁電源。
隔塵網	定期	<ul style="list-style-type: none">- 遵照製造商的指示定期清潔或更換。

選購及使用呼吸機須知：

1. 睡眠窒息症患者必須經醫生評估並擬定治療方案，才可使用呼吸機。
2. 選購前，使用者應考慮的因素包括：呼吸機的寧靜程度、機身的大小及重量、是否適用於國際電壓和外遊、睡床旁邊是否有足夠空間擺放儀器等。
3. 除考慮呼吸機的售價外，還須注意其他配件如鼻罩/全面罩及接駁喉管的價錢及更換頻率。
4. 應向代理商查詢售後服務的詳情，如保養範圍、維修期間是否有租機服務及更換零件的收費等。
5. 有部份供應商會提供試機服務，使用者可先租用呼吸機，視乎是否適合才決定購買。
6. 選擇貼面舒適的鼻罩/全面罩。
7. 使用呼吸機前，應諮詢和跟從醫生的專業意見，並遵照製造商產品說明書的指引正確使用呼吸機，並聯絡供應商作定期保養。
8. 使用者必須定期覆診。如有不適，應諮詢醫生意見。



衛生署

醫療儀器科

二零二零年一月修訂