为何我的医生开了补充氧气处方？

Pulmonary Fibrosis Foundation™

AARC American Association for Respiratory Care

为何我的医生开了补充氧气处方?

肺部疾病患者的血液氧气含量通常低于正常水平。当水平下降到88%或更低时，医生会开补充氧气处方。其益处包括：

- 减轻呼吸急促
- 提高您保持积极的生活方式的能力
- 有助于减轻其它器官的压力

氧气不上瘾。使用请遵医嘱。

我的氧气处方包括什么?

1. 何时使用氧气（睡眠期间，休息，活动，或海拔 高处）
2. 每种活动您需要多少氧气（数字设置或公升流量）
3. 什么类型的氧气设备适合您的生活方式以及氧气需求

供氧系统有多种可用。您所得到的取决于您的生活方式，您的医生订购的氧气水平，以及氧气公司的现货。在与氧气公司签订医疗保险合同之前，请要求您的医疗保健提供商确保供应商提供的设备对您而言是正确的。

为何需要氧气?

您体内的每个细胞都需要氧气来工作。氧气从您的肺部进入血液，血液将其带到您身体的其他部位。

氧气水平通过一种称为脉搏血氧仪的指尖仪器或采集血液样本来测量。

我如何知道我获得了足够的氧气?

您的医生可能会推荐一款脉搏血氧仪在家中监测您的氧气水平。询问您的目标氧气水平应该是多少。如果由医生指导，您可以根据您在做的事情调节氧气流量，以保持您的氧气水平在推荐范围内。

- 有些人每天24小时需要氧气。其他人坐时也许不需要氧气，但活动时需要更高的流量。
- 有些人睡眠时需要氧气。
- 当乘飞机或去更高海拔处旅行，询问您是否需要氧气或不同的设置。
- 航空公司仅允许特定设备的氧气并要求处方。
- 提前计划防止耗尽氧气或电池寿命。

连续气流和脉冲或需求气流之间有什么区别?

连续气流意味着氧气流通过鼻套管连续进入您的鼻腔。**脉冲气流**或**需求气流**，一个特殊的调节器会在您吸气时感应，并且仅在您吸气时输送一个脉冲的氧气，从而允许氧气罐和电池持续更长时间。

连续气流和脉冲设置都用数字描述(1，2，3 等)。每分钟2，3，或4升的连续流量设置与脉冲或需求流量设置的2，3，或4不同。

我如何安全地使用氧气?

- 避免火焰、火花、香烟、火柴、打火机、燃气灶、指示灯、吹风机（仅使用凉风挡）和磨损的电线。
- 请记住，氧气不易燃，不会自行爆炸，但会加速燃烧。
- 在前门上放一个标志，说明氧气正在使用。
- 直立储存氧气罐。不要使用破损或开裂的氧气罐。不要在橱柜内、直射阳光下、或靠近热源处储存氧气罐。
- 不要在您的嘴唇、鼻子或脸上使用油性（石油类）物质，包括ChapStick、凡士林或Blistex。在线查询吸氧者专用的鼻腔润滑剂。

我刚收到我的氧气设备。我现在做什么？

确保您收到您的医生处方上的全部设备，包括下列物品。

氧气清单

- [ ] **固定式氧气浓缩器** 固定式氧气浓缩器将空气中的氧气浓缩成为更纯净的氧气。它们由电力驱动，通常不是便携式的。装置主要是为家庭或工作而设计。

- [ ] **便携式氧气浓缩器（POC）**POC是小型浓缩器，设计用于户外的步行和活动。装置的重量范围是3磅（戴在肩膀上）到25磅（拉在轮上）。通常，装置越小，氧气输出越小（升流量或脉冲设置），并且电池寿命越短。POC可以通过墙上插座或汽车电池充电。

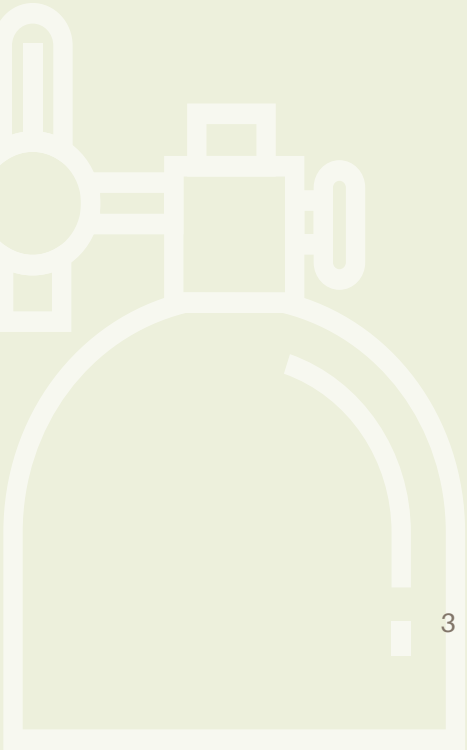
- [ ] **氧气罐** 这些是充满氧气的绿色和银色（铝质）储罐。它们可以很大或者小到足够放进一个背包。一些压缩罐可在家中用浓缩器灌装系统灌装，通常称为“反式灌装”装置。与POC一样，罐体越小，氧气的量和持续时间就越有限。

- [ ] **液态氧气** 这是氧气被过度冷却，并变成液体。液氧储存在类似大型热水瓶的罐中。随着氧气温度的升高，它变回可供使用的气体。固定式液态氧罐在家里使用，并可以用来罐装一个更小的便携罐供室外使用。称重3-11磅，这些罐子提供比POC更高的连续流量。不是每家氧气公司都提供液态氧气。

- [ ] **鼻套管和导管** 全部固定式系统连接到导管（25到50英尺）以供使用。设置高于每分钟6升的氧气使用特殊的“高流量”导管。进入您的鼻腔的那个部件称为套管。一些需要高流速的人使用放置在鼻子和嘴上的小面罩代替套管。

- [ ] **氧气保存装置（OCD）**这是一个通过脉冲或需求流量输送氧气的装置。它通过仅在呼吸时输送氧气，并关闭直到下一次呼吸来保存氧气。

- [ ] **调节器和流量计** 传统氧气调节器和流量计输送连续的氧气流。



确保您获得操作设备的说明，包括如何：

- [ ] 开机和关机
- [ ] 确保氧气流动
- [ ] 连接流量计和/或氧气保存装置并调节流速
- [ ] 检查罐中是否有氧气
- [ ] 知道何时罐子空了
- [ ] 连接加湿器（如果需要）
- [ ] 理解您的处方，包括需要多少氧气（每分钟几升或脉冲设置）以及用于休息、运动和睡眠的设置
- [ ] 正确地戴套管
- [ ] 了解您的POC的电池寿命以及如何延长它
- [ ] 维护和保养您的设备
- [ ] 采取安全预防措施

确保您知道就仪器或送货问题联系谁。

知道您的权益。如果您的仪器、服务、或报销持续有问题，请致电 **1-800-MEDICARE (633-4227)**，并且有人可以让您与竞争性收购监察员（CAO）联系.

欲知详情，请联系:

Pulmonary™ Fibrosis Foundation

pulmonaryfibrosis.org
help@pulmonary fibrosis.org
844.TALKPFF (844.825.5733)

American Association for Respiratory Care

aarc.org
972.243.2272
info@aarc.org