

患者教育指南

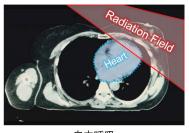
www.sunwaycancercentre.com

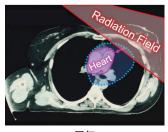


放疗深吸气屏气 (DIBH) 技术

深吸气屏气的目的

通过在患者呼吸周期中的特定时刻 (屏气时) 进行放射治疗,以最大限度降低对心脏、肺和肝脏的辐射暴露。





自由呼吸

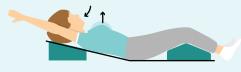
屏气

深吸气屏气的练习步骤

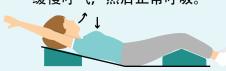
1 以舒适姿势躺下, 双手上举。 2

进行5次正常呼吸。

3 用鼻子深吸气, 然后屏住呼吸 20 秒。



缓慢呼气, 然后正常呼吸。



5 将步骤 2 至 4 重复 练习 5 次。 6

每天进行此练习两次。

深吸气屏气的注意事项



- 在深吸气时,切勿将背部向上弓起。
- 2 尝试胸式呼吸,而非腹式呼吸。
- 每次屏气保持均匀吸气量。
- 🚺 您可以在屏气练习时 (20秒) 让他人在旁为您计时。
- **5** 若您决定在治疗期间佩戴口罩,您也需要在佩戴面罩时练习深吸气屏气。
- 6 避免浅度屏气。需要深吸气,且处于可承受/舒适状态。



扫描二维码 学习如何进行深吸气屏气

Oonsiri P, Wisetrinthong M, Chitnok M, Saksornchai K, Suriyapee S. An effective patient training for deep inspiration breath hold technique of left-sided breast on computed tomography simulation procedure at King Chulalongkorn Memorial Hospital. Radiat Oncol J. 2019 Sep;37(3):201-206. doi: 10.3857/roj.2019.00290. Epub 2019 Sep 30. PMID: 31591888; PMCID: PMC6790791.

癌症与放疗中心位于:

B层, C楼

营业时间

星期一至星期五 8.30am - 5.30pm

星期六

8.30am - 1.00pm

星期天和公共假期休息

如需更多信息,请联系我们:







smc@sunway.com.my