



哮喘急性发作的危害

▲ 广西壮族自治区前海人寿南宁医院 王汉琪

临床上，哮喘是指出现了咳嗽、喘息、胸闷及气短等症状之中的一种或者几种情况。哮喘的产生通常是机体出现了过敏症状所导致出现的慢性疾病。哮喘在临床被划分为急性发作期、临床缓解期、慢性维持期三个阶段。

哮喘急性发作的是指因为受到感染或者过敏原刺激所引发产生的哮喘症状，在发作之后需要为患者给予积极的抗哮喘治疗。当症状控制之后，医生还需要帮助患者积极预防，改善预后。

哮喘急性发作的因素

遗传因素 哮喘是临床上所存在的一种受到多基因影响的遗传病。其中，患者的过敏体质与哮喘有着较为密切的关联性。大部分的患者都存在过敏性鼻炎、食物或者药物过敏史，还具有相应的家族史。

病原体和疾病 哮喘急性发作的原因包括病毒感染、细菌感染以及非典型病原体，如支原体、衣原体感染，导致哮喘急性加重。同时，扁桃体炎、龋齿等局部感染也会诱发哮喘发作。

过敏原 花粉、尘螨、霉菌及蟑螂均是生活之中常见的过敏原。春季是花粉较多的时节，花粉在空气之中广泛散播，这

也是导致春季是哮喘症状好发的一个重要原因。动物也是导致过敏的源头。通常情况下会引发过敏症状的动物有猫、狗等，而过敏原则来自于它们的上皮、唾液及尿液之中。此外，一部分的食物之中所含有的异性蛋白质也可以当做是过敏原，能够诱发产生哮喘。容易导致哮喘发作的食物包括牛奶、鸡蛋、海产品及坚果仁等食物。

刺激性气体 如点燃香烟、蚊香后的烟雾及煤气和炒菜的过程之中所出现的油烟产生的气味等，均能够对支气管黏膜造成刺激作用，导致呼吸道阻力出现显著的升高，继而诱发患者发生哮喘症状。这些气味之中，刺激性最强烈的就是油漆味。

药物 如阿司匹林、青霉素、磺胺类及普萘洛尔等药物在使用的过程之中均有可能导致患者发生一系列过敏反应。

气候 一部分的患者对于气候的变化非常敏感，当气温出现突然变冷或者气压降低的情况下，则很可能会诱发患者哮喘的发作。

精神因素 当患者的情绪出现了剧烈变化，如大笑、大哭以及激怒的情况下，都有可能引发哮喘症状。一般认为，这是因为大脑皮质和迷走神经反射或过度换气所致。

哮喘急性发作的危险

心脏骤停或窒息性死亡 哮喘急性发作是非常危险的状态。通常情况下，该症状的产生都是防不胜防的。对于存在哮喘症状的患者，需要及时到正规且专业的医院接受临床治疗，避免对自身生命健康造成不可挽回的伤害。大部分的患者都知道哮喘主要出现的症状是咳嗽，甚至是非常剧烈的咳嗽。实际上，哮喘最严重的伤害，是因为长时间的咳嗽或者剧烈咳嗽所导致的休克，甚至出现缺氧、窒息性死亡等情况。这种情况临床上的发生概率较低，但也具有一定的概率。因此，临床上应该更加重视哮喘这一疾病。

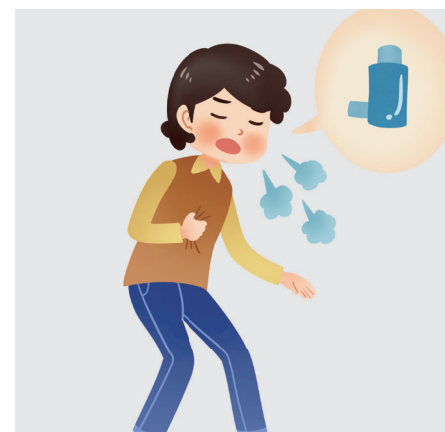
其他并发症 哮喘的主要症状是咳嗽。当患者长时间处于咳嗽状态时，会导致病情加重，同时也非常可能产生其他呼吸道疾病。在这过程中，患者可能会出现以肺炎和肺部感染损伤为主要症状。若哮喘得不到及时治疗，在出现哮喘的同时，患者会非常容易将不洁净的空气吸入到呼吸道和肺部之中。对于呼吸道而言，这将会是更进一步的刺激，从而使得患者的哮喘病情加重。对于肺部而言，不洁净的空气会对肺部造成一定程度的感染，从而发生肺

炎等并发症。在较为严重的情况下，患者还可能会出现肺结核。

胸闷、缺氧或诱发呼吸衰竭 患者长时间咳嗽，会使得肺部所含有的气泡挤压，会让患者存在胸闷及气闷的不适感受。长时间缺氧状态，还会导致呼吸衰竭等严重情况的发生。

损伤器官 长时间的咳嗽症状，会使得机体所拥有的水电解质以及酸碱状态出现失衡的现象，继而对身体造成损伤，影响了相应功能的正常运作。

因此，患者一旦发生哮喘，一定要及时就诊，将可能发生的危害降到最低。



稳定期慢阻肺的治疗方法

▲ 广西壮族自治区柳州市柳江区人民医院 黄庆冬

慢阻肺是一种常见的呼吸性疾病，患者在临床上往往会表现为咳嗽、呼吸不畅及喘息等症状。患者在发生慢阻肺后，肺功能逐渐下降，且在此过程中无法逆转。慢阻肺一般分为稳定期和急性加重期。通常来说，急性加重期患者需要住院治疗。那么，稳定期的患者该如何治疗？

药物治疗

对于稳定期的慢阻肺患者来说，药物治疗是非常重要的治疗方式。慢阻肺患者要想在稳定期减轻症状、提升生活质量、延长预期寿命，并降低未来急性加重的风险，就需要定期用药，主要的药物包括以下几种。

支气管舒张药物 由于慢阻肺的核心病变是气道狭窄阻塞，因此治疗的关键是使用支气管舒张药物来打通气道，缓解气道的阻塞。这样做不仅可以使气道中的痰液顺利排出，也可以将空气进出的阻力降

低，帮助改善患者呼吸困难的一系列症状。目前，临床上使用的支气管舒张药物主要有选择性β₂激动剂以及M受体阻断剂。对于稳定期的患者来说，患者可以选择长期吸入这些药物来维持自身的病情，提高自身的生活质量。需要注意的是，支气管舒张药物既可以单独使用，也可以两种药物一起使用，也可以选择加入吸入激素，可以很好改善患者的气道炎症，减轻患者的气道阻碍。除了上述提到的两种药物，茶碱类药物也可以起到舒张支气管的作用，患者在服用上述药物没有效果时，也可以选择此药物。

糖皮质激素 很多人在谈到糖皮质激素时，往往会因为其副作用而抗拒，认为长期服用，可能会导致自身免疫力低下、增加患糖尿病、高血压、向心性肥胖甚至是股骨头坏死的风险。实际上，糖皮质激素在许多疾病的治疗上有明显效果，甚至部分患者必须靠该药才能救命。在慢阻肺的治疗上，患者在吸入激素后，仅仅只在肺部局部起作用，对全身的影响较小。但需要注意的是，患者在服用激素后，一定要注意漱口，以免沉积在咽喉部的激素起作用，带来副作用。此类激素一般会与β₂激动剂一起，制成合成剂，可以起到更好的疗效。

抗生素 慢阻肺产生的肺部感染一般无法避免，由于大量黏液滞留在气管中，黏液中又包含非常多的黏蛋白，而肺部与外界是相通的，再加上肺部每天都有大量的细菌，细菌在黏液上生长，就很容易

造成感染，感染后又会造成大量的痰液，因此，对于重度的慢阻肺患者，可以采用口服大环内酯类抗生素的方式，例如阿奇霉素，小剂量“吃三停四”，来缓解症状。

化痰药 化痰药的种类非常多，部分是加快器官液体渗出来稀释痰液，有的则是打断痰液中的黏蛋白连接，将黏蛋白痰液转为稀痰，也有部分是刺激纤毛摆动，达到将痰液运出去的目的，不同机制的化痰药物都可以加快痰液排出的速度，同时减轻气道阻塞症状，达到减轻气喘、控制病情的作用。

非药物治疗方式

除了药物治疗外，针对慢阻肺稳定期患者，也可以采用以下几种非药物治疗的方式进行治疗。

疫苗 推荐注射流感疫苗或肺炎链球菌疫苗。对于所有年龄≥65岁的患者，推荐注射肺炎链球菌疫苗。

减少危险因素的暴露 慢阻肺稳定期的患者一定要戒烟，尽量少在室外空气污染中暴露。患者需要在生活中做饭时，尽量使用清洁能源，改善厨房的通风，同时做到减少职业粉尘暴露和化学物质暴露。

适量运动 适度运动有助于提升肌肉的血流量和氧利用率，增强患者的肺活量。慢阻肺患者经常会因为呼吸困难而长期运动量不足，导致活动耐力下降，呼吸功能障碍更加明显。患者应尽量以有氧运动为主，根据自身的实际情况，采用循序渐进的方式，选择散步、慢跑、太极等运动。

对于一些活动耐力差的患者，也可以选择唱歌、诗朗诵等方式来进行相关呼吸功能的锻炼。

注意饮食 慢阻肺患者经常会因为机体能量消耗增加、胃肠吸收消化功能障碍以及分解代谢增强等原因出现营养不良的状况，导致患者的免疫功能低下，很容易造成感染的发生。这些都是慢阻肺患者加重病情的因素。此时，患者可以选择吃一些容易消化、饱腹感强的食物，如燕麦粥等；患者尽量多摄入蛋白质含量高的食物，例如鱼肉、鸡肉等；多补充维生素C，缓解患者的不良反应，如草莓、青椒等，以提升患者的免疫力。

氧疗 缺氧往往会导致慢阻肺患者全身脏器受损。因此，对于慢性呼吸衰竭的患者，可以采取长期吸氧的方式进行治疗。长期氧疗也能够提升肺泡和动脉血氧分压，增加组织供养的能力，稳定和降低肺动脉压，降低血液的黏稠度，改善患者呼吸困难的症状，同时可以阻断或延缓慢阻肺向肺心病发展的进程和速度。患者在长期的氧疗过程中，要做到每天达到12~15h的吸氧时间。氧疗的浓度要根据患者的自身情况来判断。长期氧疗的目的是确保患者在任何时间都可以保持动脉氧分压大于60 mmHg，或者氧饱和度大于90%。

总之，慢阻肺是不可治愈的，治疗的重点是在稳定期内做好疾病管理。慢阻肺稳定期的患者可以采取以上的方式维持治疗，减缓疾病发展的速度，过上美好的幸福生活。

