

冷天咳咳咳 对症用药才管用

▲广东省佛山市南海区第四人民医院 李晓云

在临床中，咳嗽是较为常见的呼吸疾病之一。引起咳嗽的原因较多，根据发病原因的不同治疗方式及药物使用也有所区别。夏秋交替时期是咳嗽的高发季节，突然的天气转凉，让人们还不能完全适应，容易引发咳嗽。大部分人在出现咳嗽后，会根据自己的生活经验服用止咳药物。虽然药物能治疗疾病，但其仍然存在一定的不良反应。尤其是中成类药物，若是盲目用药，不仅不能治疗病情，还可能会导致病情加重或出现其他不良反应。

风寒咳嗽

风寒咳嗽主要是由于患者身体受凉所引起，大多是因天气的突然转凉导致。风寒类咳嗽患者一般会出现咳嗽、痰液稀白或伴有泡沫、喉咙发痒等临床症状。针对此类型患者，应选用疏风散寒，宣肺止咳等类型的药物。

通宣理肺丸 主要适用于发热恶寒、头痛无汗等外感类风寒咳嗽。

止咳宁嗽胶囊 主要适用于风寒咳嗽、呕吐、咽喉肿痛类患者。

风寒咳嗽颗粒 主要针对于出现风寒感冒、发热、头痛、恶寒、无汗、咳嗽、鼻塞、流清涕等症状的患者。

风热咳嗽

风热咳嗽是外感类咳嗽的一种，主要是由于患者受风热之邪、肺失肃

清所引起的咳嗽。此类型咳嗽患者一般会出现干咳无痰或痰液发黄黏稠、口干咽痛、鼻流黄涕等症状，针对此类型患者应采取宣肺止咳、疏风清热类药物进行治疗。

桑菊感冒片 主要适用于风热感冒，出现头痛、咳嗽、口干等症状的患者。

川贝枇杷糖浆 主要适用于风热犯肺所引起咳嗽的患者。此类型患者常伴有咳嗽多痰且痰液发黄黏稠、咽喉肿痛、胸闷胀痛等症状。

感冒止咳颗粒 主要适用于由机体外感风热导致感冒，出现发热、头痛、咽喉肿痛、咳嗽的患者。

风燥咳嗽

风燥咳嗽主要是患者机体由于风邪，且邪气侵袭肺部所引起的咳嗽。此类型的患者一般会出现干咳无痰或少痰、口鼻干燥，并且咳嗽时有胸痛、头痛等症状。针对此类型患者应采取疏风清肺、润燥止咳类药物进行治疗。

秋梨润肺膏 主要适用于久咳、痰少质黏、口燥咽干的患者。

蛇胆川贝枇杷膏 主要适用于燥邪侵肺引起的咳嗽患者，该类患者一般伴有胸闷气喘、鼻燥、咽干喉痒等症状。

川贝枇杷糖浆 主要适用于咽干、咽痛、干咳、无痰或少痰的急性支气管炎、咽喉炎的患者。

痰湿咳嗽

痰湿咳嗽主要是由于外邪侵袭，导致痰湿蕴于肺内所引起，经常食用高糖、高脂食物类人群也易发病。此类型患者一般会出现食欲减退、胸闷、四肢乏力及困乏等症状。针对此类型患者应选取宣肺利湿、顺气化痰类药物治疗。

橘红痰咳液 主要适用于痰多、气喘痰浊阻肺引起的支气管炎、咽喉炎咳嗽患者。

桂龙咳喘宁片 主要适用于因外感风寒、痰湿阻肺引起的咳嗽患者，或出现咳嗽气喘、痰涎壅盛等症状的患者。

痰热咳嗽

痰热咳嗽主要是由于邪犯气道、肺失宣肃，导致患者痰热蕴于肺内所引起。此类型患者一般会出现咳嗽、痰液发黄且黏稠、鼻塞流涕、咽喉疼痛且哑声等症状。针对此类型患者应选取清热肃肺，豁痰止咳类药物治疗。

二母宁嗽丸 主要适用于痰黄不易咯出，胸闷、咽痛、久咳不止的患者。

清肺化痰丸 主要适用于肺热咳嗽、痰多作喘、痰涎壅盛、肺气不畅等症状的患者。

本文帮助大家对于咳嗽有初步的了解。但如果出现久咳不止或不能明辨自己的病情，建议及时前往正规医院进行治疗。

精准检测“狡猾”的呼吸道病原体

▲ 广东省广州市南沙区妇幼保健院 邓侃

“咳咳咳”“阿嚏”，一阵又一阵声音在门诊大厅中此起彼伏。这些候诊者都发生了呼吸道感染。那么，该如何检测“狡猾”的呼吸道病原体，帮助患者精准治疗？

病原体是导致感冒的“真凶”

当人的身体处于健康状态时，正常的屏障功能和免疫功能帮助我们远离感染。一旦因为穿衣服不及时、预防不到位等原因引起免疫功能暂时下降，就会为病原体提供侵入机体的机会。

上呼吸道感染为是患者鼻腔－喉部的呼吸道炎症总称，也是最常见的一类感染性疾病。在广义上，上呼吸道感染具有较高的发病率，包含如普通感冒、鼻窦炎、咽喉炎、扁桃体炎在内的多种疾病。在狭义上，上呼吸道感染指普通感冒，具有较高的发生率，存在自限性特点，多在 5~7 d 可痊愈。

呼吸道常见的病原体包括：病毒（流感病毒、副流感病毒、呼吸道合胞病毒、柯萨奇病毒等）、细菌（肺炎链球菌、金黄色葡萄球菌、流感嗜血杆菌、肺炎克雷伯菌、化脓性链球菌等）、肺炎支原体、肺炎衣原体、真菌。细菌、病毒等病原体是导致感冒发生的主要原因，多数上呼吸道感染因病毒诱发，另外是细菌感染，该类疾病可在一年四季发生，任何年龄都可发病。

要准确治疗上呼吸道感染，需要第一时间明确病原体具体类型，根据类型合理

选择药物和治疗方式，有效控制患者病情，消除感染症状，促进患者疾病转归。达成这一目的，要做好病原体检测工作，提升检测结果的精准性和可靠性。

呼吸道感染的诊断方法

呼吸道感染实验室诊断方法包括临床症状结合实验室检查或影像学检查。

用于呼吸道检查的项目较多。血常规检查可明确是否发生细菌感染或病毒感染。胸部 X 线片检查，可观察是否存在肺炎、支气管炎，肺部听诊观察肺部呼吸音是否正常。若怀疑患者是肺栓塞，还需完善肺动脉核素扫描及心脏彩超等检查。在检测呼吸道病原体的时候，尽量选择现有、准确性较高的检查方法。用于呼吸道病原体的临床检测方法可分成两类：非特异性检查和特异性检查。

非特异性检查

一类由血常规及急性时相反应蛋白等多种指标构成，具有非特异性特点。这一类检测方法的应用价值比较低。以白细胞计数为例，呼吸道病原体感染发生后，理论上认为患者会有白细胞计数升高表现，但部分患者病情轻微，白细胞计数变化不大，依然处于正常范围内，所以这一类患者往往无法准确诊出病原体感染。

此外，部分患者属于混合感染，若单

纯采用 C 反应蛋白等炎症指标进行检测，细菌感染检出率比较高，但病毒感染检出率偏低，混合感染的整体检出率并不理想。还有部分患者误诊或漏诊，严重影响呼吸道病原体感染患者的早期治疗与预后改善。

特异性检查

这类检查由涂片检查、抗原检查、分离培养检查等构成。例如，分离培养具有极高的特异性，但是检测敏感性很低，检测耗时很长，很多患者就诊时病情比较严重，需要尽快获得检测结果进行个体化治疗，检测耗时过长会耽误患者病情，甚至导致部分患者发生并发症。

抗原检测具有快速简单特点，但是敏感性比较低，假阳性现象与漏检现象层出不穷。抗体检测快速简单，检测结果不会被抗生素影响，但是检测敏感性偏低，漏检现象比较常见。在新冠肺炎流行期间，聚合酶链反应（PCR）检测方法在临床广泛应用，应用价值得到确定。

纳米诱饵技术是将单链作为诱饵，将其编程为目标病毒 RNA 中特定部位，纳米诱饵利用传感成像达到检测目的，也就是自动收报机磁带读取器那样操作，在数毫秒内将所获取分子结构转变成数字信息。这一种技术可利用重新编程，有效区分病毒变种，包括各种病毒的变异株，检测特异性高达 100%。

管理呼吸机 保护呼吸道

▲广东省中山市火炬开发区人民医院 钟苑芳

呼吸机是医疗领域中重要的辅助治疗设备，但长期使用可能增加患者患上呼吸机相关性肺炎（VAP）的风险。VAP 是一种严重的医院获得性感染，可以采取多种措施来预防其发生。

保持呼吸机清洁

定期清洁呼吸机部件 呼吸机的管路、面罩、气囊等部件是细菌繁殖的潜在场所。定期对这些部件进行清洁，可以有效地防止细菌滋生。

使用合适的清洁剂 使用经认证的清洁剂，确保其符合标准。清洁剂应具有消毒和除菌作用，能够有效地杀灭细菌和病原体。

确保消毒彻底 清洁后，对呼吸机的部件进行彻底消毒，以杀死残留的细菌。消毒过程中，应按照生产厂家提供的指导和标准操作程序进行。

注意隔离 使用呼吸机的患者可能患有不同的疾病，为了避免细菌交叉感染，应为每位患者使用独立的呼吸机部件。

建立清洁记录 建立呼吸机清洁记录，记录清洁和消毒的时间和过程，有助于医护人员追踪呼吸机的清洁情况。

注意存储环境 保持呼吸机的存放环境干燥、整洁，避免受潮或受污染的情况。

维持口腔卫生

定期清洁口腔 医护人员应定期帮助患者清洁口腔，特别是舌头、牙齿和牙龈部位，注意避免过度力量。

漱口 医护人员可以帮助患者进行漱口，使用温水和漱口水。漱口有助于减少口腔中的细菌数量，降低细菌进入呼吸道的风险。

避免积垢 医护人员可以教导患者正确的刷牙方法，确保彻底清洁。

保持水分摄入 这助于口腔黏膜的保湿，减少细菌滋生。但要避免因过量水分而影响患者的呼吸状况。

密切观察口腔状况 医护人员应密切观察患者的口腔状况，及时发现口腔问题，如口腔溃疡等，采取措施进行治疗。

确保正确的呼吸机使用

专业培训 医护人员应接受专业培训，掌握呼吸机的使用原则、操作技巧和常见问题处理。

正确设置呼吸机 根据患者的病情和需要，正确设置呼吸机参数，如吸气压力、呼气压力、通气模式等。确保通气参数适应患者的生理状态。

避免过度通气或通气不足 过度通气可能导致肺泡过度膨胀，通气不足则可能引起二氧化碳潴留。医护人员应根据患者的通气需求进行调整，避免通气参数的不当设置。

避免误吸风险 VAP 的一个风险是误吸，即胃内容物进入呼吸道。医护人员应确保管路连接牢固，避免误吸的发生。

持续监测 在使用呼吸机期间，医护人员应持续监测患者的生命体征和通气情况，及时发现异常并进行处理。

紧急处理方案 医护人员应掌握呼吸机相关的紧急处理方案，以应对可能出现的问题，确保患者的安全。

此外，其他措施还包括定期更换呼吸机相关部件、遵循无菌操作原则、定期改变患者的体位、避免过度使用抗生素以及给予患者足够的液体等。综合这些措施，可以全面提高预防呼吸机相关性肺炎的效果。