

# 重症肺炎的诱发因素

▲ 广东省茂名市电白区人民医院 杨勇

肺炎是呼吸内科的常见疾病，轻症肺炎患者的整体预后较好，而重症肺炎患者的死亡风险高。2023年是肺炎高发大年，且重症肺炎患者数量多，引起人们的广泛关注。因此文章主要就重症肺炎的诱发因素展开探讨。

## 重症肺炎的定义

肺炎严重程度主要与局部炎症反应、全身炎症反应程度有关，轻症肺炎患者的炎症反应多局限于肺部，重症肺炎患者可引起全身炎症反应综合征，并伴随低氧血症、急性呼吸衰竭、低血压、休克、多器官功能衰竭。呼吸衰竭是多数重症肺炎患者的典型症状，并伴随精神萎靡、嗜睡、烦躁等神经系统症状，部分患者甚至伴随意识障碍、昏迷、惊厥等症状，重症肺炎患儿合并中枢性呼吸衰竭时，甚至出现死亡结局。重症肺炎可累及循环系统，导致心率加速、脉搏细弱、口唇发绀、肺部啰音加重等症状；合并休克、循环衰竭患者，多表现为面色苍白、皮肤湿冷、尿量减少、低血压、毛细血管充盈时间延长等症状。

## 重症肺炎的诊断标准

目前临床对重症肺炎诊断标准为符合下列1项主要标准或3项及以上次要标准：

**主要标准** 需要机械通气治疗；休克后液体复苏成功但仍需使用血管活性药物。

**次要标准** 呼吸频率 $\geq 30$ 次/分；氧合指数 $\leq 250$  mmHg；影像学检查发现多肺叶浸润；合并意识障碍、定向障碍；血清尿素氮水平 $\geq 7.14$  mmol/L；收缩压 $< 90$  mmHg且仍需要液体复苏治疗。

## 重症肺炎的诱发因素

**性别** 重症肺炎中以男性所占比重较高，这可能与男性的生活习惯有关，男性人群中抽烟饮酒、超重肥胖比重更高，与重症肺炎的发生有一定的相关性。

**年龄** 老年人发生重症肺炎的风险要更高，这主要与老年人身体机能衰退、合并各种疾病有关，因此更容易发展为重症肺炎。

**抵抗力低下** 抵抗力低下人群容易发生

各种疾病，如儿童、老年人、合并免疫系统疾病的患者，在发生肺炎之后，若不积极干预，容易进展为重症肺炎。

**基础疾病** 对于合并糖尿病、高血压、冠心病、慢性肺病、慢性肝病、慢性肾病的患者，由于本身存在各种基础疾病，导致身体免疫力、抵抗力下降，容易发展为重症肺炎。

**治疗不规范** 肺炎经积极治疗后整体预后较好，但是如果患者不规范治疗，或者是病情反复迁延，容易诱发重症肺炎。

**病原体** 肺炎的发生原因复杂，部分病原体诱发的肺炎，容易发展为重症肺炎，例如SARS病毒容易引起重症肺炎，同时2023年流行的肺炎支原体也容易引起重症肺炎。

## 重症肺炎的治疗方法

**药物治疗** 药物治疗是重症肺炎首选治疗方法。首先需要明确病原学诊断，及时采集呼吸道样本，进行实验室培养，从而明确病原体。对于细菌性肺炎，可以根据药敏测试结果，选择敏感的抗生素治疗。对于支原

体肺炎，可以使用大环内酯类药物。抗生素治疗需要确保用药剂量、时间合理，减少耐药菌的出现。

**机械通气治疗** 重症肺炎患者多合并呼吸衰竭症状，因此需要采取积极的机械通气治疗，维持患者的通气功能，改善患者的低氧血症，提升氧合指数，促使患者早期康复。

**雾化吸入治疗** 重症肺炎患者的痰液分泌增多，因此需要促进痰液排出。雾化吸入可以降低痰液黏稠度，促进痰液排出，通常是采取布地奈德、氨溴索雾化吸入干预。

**营养支持治疗** 重症肺炎会导致机体分解代谢速度加快，因此需要加强营养支持措施。目前多采取序贯营养支持，即早期进行肠外营养支持，之后改为肠内营养支持，逐步恢复经口进食的支持方案。

## 总结

重症肺炎具有较高的死亡风险，因此需要了解其发生诱因，并积极进行治疗，从而改善患者的预后情况，促使患者早期康复。

# 中医如何治疗老年人肺炎

▲ 成都市龙泉驿区中医医院 李青霖

随着年龄的增长，老年人的免疫力也逐渐下降，因此在生活中很容易受到肺炎等疾病的侵犯，一旦患上肺炎，不仅会影响老年人的日常生活质量，而且还会影响到老年人的健康。为了保证老年人可以安度晚年，掌握老年人肺炎的症状特点和治疗方法很重要。中医治疗老年人肺炎有一定的优势，下面我们了解一下中医治疗老年人肺炎的方法。

## 什么是老年人肺炎

肺炎是临床上常见的肺部多发疾病，多见于60岁以上的老年人，而老年人肺炎指的是因细菌或少量病毒引起的肺炎。

老年人肺炎的症状主要体现在两方面：一是，老年人肺炎并没有明显的早期症状，通常情况下患上肺炎会出现高烧、咳嗽、胸痛、气紧等情况，而且血白细胞也会明显增高。二是，老年人到年纪后难免会存在一定基础疾病，一旦患上肺炎，就容易导致原有疾病发作或者诱发其他疾病，甚至严重时容易出现休克、呼吸衰竭或多器官衰竭情况。

## 中医如何治疗老年人肺炎

**中药治疗** 中药对于治疗老年人肺炎有很好的效果，如白头翁止痢片对于老年人肺炎的治疗就有良好的疗效。白头翁止痢片的主要成分有白头翁、黄柏以及委陵菜等，可更好改善因肺炎而引起的咳嗽、呼吸困难等情况，以温水冲服，每天用药两次，若有需要还可以联合抗菌素药物进行治疗，可以起到巩固治疗效果的作用。桔梗川贝汤、咳嗽灵、黄芩口服液以及橘红口服液等，在治疗老年人肺炎上也有良好的效果，可以帮助老年患者缓解病情。

**中药方剂** 中药方剂在老年人肺炎的治疗和调理中也发挥着重要的作用，常用的中药方剂有以下几种。

第一，麻杏石膏汤。该方剂可以起到止咳平喘、清热解毒的作用，可以缓解咳嗽和咳痰等症状，方剂主要由麻黄、杏仁、

生石膏、连翘、银花以及荆芥穗等，用法为以水煎服，每日一剂。第二，清暑益气汤。该方剂可以有效控制和降低老年人肺炎的危害性，可以帮助老年人恢复肺部功能。方剂的成分主要有虎杖、麻黄、杏仁、银花等，煎服，每日一剂。第三，苇茎汤。该方剂由多种中药成分构成，主要有连翘、七叶一枝花、大力子等，每日以水煎服，每日一剂，也可分为两次服用。第四，鱼腥草丹参汤。该方剂主要由鱼腥草、侧柏叶、金银花等构成，加水后煎煮服用，每日一剂即可。

**辨证施治** 中医认为老年人肺炎可以分为以下证型：第一，风热犯肺型，症状为发热、咳嗽、气急、咳痰黏稠等，可以使用银翘散加减治疗。第二，风寒犯肺型，症状为发热无汗、咳嗽、流清涕、喘急胸闷等，可选择三拗汤或桑菊饮加减。第三，痰湿阻肺型，主要以咳嗽痰多、痰白而稀等为主，使用二陈汤加减治疗。第四，痰热壅肺型，多会出现色黄而黏、咳嗽痰多、舌红等情况，可使用麻杏石甘汤合金基苇茎汤加减治疗。第五，气阴两虚型，症状以咳嗽少痰、气短等为主，可使用生脉饮或沙参麦冬汤加减治疗。

**其他中医疗法** 第一，吸入疗法。利用雾化器将中药药液喷入呼吸道，可选择麻杏石甘汤作为雾化液使用。第二，刮痧疗法。选择胸、背部脊椎两侧以及肩胛区，可选择硬币蘸取白酒或者植物油，对该部位进行刮痧，刮至皮肤充血即可。第三，灌肠疗法。选择10g的麻黄、知母，50g石膏，10g的杏仁和甘草，上药水煎后药温降至30℃后，可灌肠，每天2次。第四，中药针剂。如果患者存在明显的热象，可使用痰热清注射剂，每日一次即可。

# 中医药健康管理服务知识

▲ 成都市新都区中医医院 袁菱梅

中医药健康管理服务知识是为了提升居民健康水平，通过全局性、系统性地制度安排，进而实现免费向群众提供中医药健康管理服务知识。

## 中医药健康管理服务概念

主要是每年为65岁及以上老年人提供一次中医体质辨识，并且进行有针对性的指导。对于0~36个月儿童进行健康咨询，对于6、12、18、24、30、36月龄的儿童家长进行儿童中医调养指导。

## 老年人中医药健康管理内容

**服务内容** 为65岁及以上老年每年提供一次中医药健康管理服务，帮助老年人进行体质辨识，进行有效的中医药保健指导。

**中医体质辨识**：进一步收集33项问题信息，在此基础上，进行体质判定，并告知老年人或其家属。

**中医药保健指导**：需要结合老年人的实际体质，进行有针对性的指导。

**服务要求** 首先，在对老年人进行中医药健康管理服务时，还可以结合老年人的健康体检以及慢性病史进行参考。

其次，可通过相关乡镇卫生院或者村卫生室开展，并且需要保障备有相关设备以及医疗器械等。最好是通过信息化手段开展老年人中医药健康管理服务。

再次，实际参加服务的人员，一定要接受过老年人中医药知识以及技能的培训学习。或者参加中医药保健指导的工作人员是中医类别执业助理医师以上医务人员或是相关专业的医师，保障其专业水平。

最后，可以增加服务机构的宣传力度，必要的时候可以通过村（居）委会等相关部门进行通知联系，保障涉及人群服务到位，并且对于已服务的人群做好记录，以便于进行核查，给每个人建立老年人健康档案。

## 儿童中医药健康管理内容

**服务对象** 辖区内常住的0~36个月常住儿童。

**服务内容** 主要是对0~36个月常住儿童分六个阶段进行检查指导，主要涉及的内容有：其一，有针对性的为儿童提供中医饮食调养指导；其二，并且结合实际月龄的常见病，传播中医护理方式，比如常见的摩腹手法、穴位按摩、捏脊等。

**服务要求** 首先，需要结合儿童健康体检时间以及预防接种的时间。其次，可以在乡镇卫生院、社区卫生服务中心以及村卫生室等具备儿童中医药健康管理服务的设备和条件的地方进行开展。再次，要保障工作人员具备中医类别执业能力和水平，经过专业的儿童中医药保健知识和技能培训，提高服务质量。最后，注意相关信息宣传，在宣传中注意明确服务内容，是儿童家长自愿参与。

## 常见的中医体质类型

在实际临床中，比较常见的中医体质类型有9种，分别是气虚质、气郁质、血瘀质、阳虚质、阴虚质、湿热质、痰湿质、平和质、特禀质。

## 中医药保健指导内容

结合身体的实际情况注意日常生活起居、合理作息、合理饮食、适量运动、心态平和、中医保健等方面的综合指导。

**情志调摄** 帮助老年人调理内在心理，培养乐观情绪，可以通过日常习字作画、听音乐、垂钓等缓解疲劳。

**饮食调养** 对于老人和儿童来说，整个身体运行能力较差，消化能力较弱，因此，需要注重脾胃调养，注意日常饮食，应营养丰富，少吃多餐，以清淡易消化的食物为主。

**起居调摄** 保障每天的睡眠质量和休息的时间，日常注意劳逸结合，可以使用中药睡前泡脚，有助于睡眠。同时，还需要保障日常居住环境清洁，可以开窗通风，保持室内空气清新。

**运动保健** 老年人日常锻炼非常重要，可以结合自身情况，选择适合的锻炼项目，如慢跑、太极拳、散步、八段锦等，注意运动适量，如果身体不适可暂时停止运动。