

热点话题

## 哮喘是能够控制的

专刊记者 朱桂杰

5月6日,我们迎来了第16个“世界哮喘日”,今年“世界哮喘日”的主题依然是“哮喘是能够控制的”。哮喘虽难以根治,但实施积极的治疗还是能够控制的。目前,正是春夏之交,也是哮喘病复发的高峰期,那么,对于哮喘的防治更应该引起人们的高度重视。为了提高市民对哮喘的认识,提高哮喘患者的生活质量,近日,记者采访了烟台毓璜顶医院变态反应科孙月眉主任,让她给大家讲讲关于哮喘的知识。

## 哮喘治疗四大误区

由于哮喘是慢性病,应该长期用药控制。在哮喘的治疗过程中,有许多患者会有对这个疾病的认识误区,耽误了哮喘的治疗。通常有四大误区:

## 误区一:哮喘是治不好的所以不去治疗

有的家长认为随着孩子的成长发育哮喘会自愈。就此,孙月眉说,儿童哮喘中有很大比例会迁延不愈,到成年后转为成人哮喘。特别是中、重度哮喘的儿童,如果不及时控制与治疗,也有终身哮喘的危险,受到损害的肺功能难以恢复。

近年来,随着医学科研的进步,哮喘已完全可以控制,通过长期、持续、规范化的治疗,哮喘症状甚至会完全消失。

## 误区二:哮喘没有症状时不用治疗

孙月眉说,通过多年的门诊坐诊,她发现许多患者只是在哮喘发作时才到医院就诊,而一旦平喘后又不通过维持治疗进行有效控制。还有的患者已经尝到吸入激素治疗的好处,但由于种种原因不愿意坚持用药,仅在哮喘症状时吸药,结果是屡治屡犯、屡犯屡治,致使肺功能逐渐下降。其实平时坚持用药不仅能提高哮喘患者的生活质量,而且较反复哮喘发作到医院急诊治疗花费要少。尤其是哮喘严重发作需要抢救时则花费更多。因此,从患者的生活治疗和经济的角度来说,也是预防胜于治疗。

## 误区三:长期吸入激素会影响孩子发育

孙月眉告诉记者,在哮喘的

日常控制治疗中吸入激素,实际上就是控制气道炎症,降低气道的敏感性。吸入激素类药物每次的摄入量是很少的,并且只针对支气管,长期治疗副作用也很小,只要在专科医生指导下科学正确用药,对孩子的生长发育并没有什么影响。

相反,如果平时不注意维持治疗,哮喘发作时,往往需要静脉注射大剂量激素来抢救,不仅用量大,而且全身用药,相当于一次用了几年的吸入激素量,副作用就更大了。同理,长期吸入激素也不会引起肥胖、骨质疏松、糖尿病和高血压等等长期口服激素会出现的副作用。

## 误区四:忽视过敏性鼻炎的治疗

过敏性鼻炎属于上呼吸道,哮喘则发生在下呼吸道,上下呼吸道是相连的,可谓“同一气道,同一疾病”,可以相互影响。毓璜顶医院变态反应科统计的就诊患者中,过敏性鼻炎患者约有30%合并有哮喘,而哮喘患者中合并过敏性鼻炎的更高达80%。因此,凡是有哮喘又有过敏性鼻炎的,不但要治喘,也要治鼻炎。

目前,通过长期吸入型激素治疗、接受特异性免疫治疗(脱敏治疗),能有效抑制哮喘。只要配合医生制订的方案坚持治疗,就能使哮喘患者像正常人一样学习、工作和生活。最后还要提醒哮喘患者,平时应注意监测病情变化,如果反复出现气短、胸闷的情况,应及时到医院检查,在医生指导下调整用药,尽量防止哮喘大发作。



## 认识哮喘

据了解,哮喘是慢性呼吸道过敏性疾病。当遇到各种激发因素,特异性体质的人就会出现咳嗽、喘息、胸闷、憋气等症状,并反复发作。大部分哮喘患者还伴有过敏性鼻炎,表现为鼻塞、流涕、打喷嚏。这些患者通常都是特殊体质——特异性体质也就是过敏体质,与遗传有关。常见的过敏因素包括空气中尘螨、花粉、动物皮毛、霉菌、有害烟雾等。其

中尘螨是诱发气道过敏的重要过敏原。宠物的唾液、粪便和皮毛鳞屑中存在着许多导致哮喘的过敏物质。某些植物花粉或孢子对花粉过敏者来说也是重要的致敏原。另外,现在空气质量严重下降,大多数家庭的住房密封性较好,空气流通不足,现代建筑材料中各种有机化学物质释放的有害物质,也会对呼吸道产生刺激作用。

## 防治哮喘

孙月眉告诉记者,哮喘患者可在医生指导下使用吸入激素等长期控制药物,进行早期预防治疗。首先应该到医院进行肺功能检查,判断哮喘的严重程度,并据此决定使用药物的剂量,为今后的长期治疗提供依据。并定期到医院复查,医生会根据患者的症状、肺功能情况判断哮喘是否得到控制,决定用药的剂量是否需要调整。

哮喘患者应查清自己的过敏原及发病规律。每一位患者都有自己的发病因素:有的患者是尘螨过敏,

常年有过敏性鼻炎和哮喘的症状;有的患者是花粉过敏,只是在春季或者夏秋季节出现症状;有的患者是宠物过敏,当接触到猫、狗等宠物时出现症状;有的患者与职业因素有关,一到工作场所便出现症状……这些情况可以通过自己的观察发现,还应该到医院进行过敏原检查来证实并确定过敏原。一些过敏原确定后,还可以做特异性免疫治疗(也就是脱敏治疗),以达到“治本”,使哮喘的长期有效地控制,减少使用吸入激素的剂量和疗程。

## 新闻回顾

## 警惕装修性哮喘

日前,女儿家中正在装修贴墙纸,徐女士在装修工地待了半天,回家后哮喘突发,险些丧命。家人将她送到当地医院救治,医生确诊徐女士患了“装修性哮喘”,起因是女儿家中装修时贴墙纸用的胶水太过刺激。

医生分析,装修时所用的涂漆及黏合剂中,不少含有聚氨酯或者氰酸酯类化学物质,这些物质均为致敏性及刺激性很强的变应原,人体吸入后,轻者会出现咽干、咽痛等轻微的上呼吸道疾病症状;重者会引起咳嗽、胸闷,以及支气管哮喘急性发作,也被通俗地称为“装修性哮喘”。

据介绍,支气管哮喘是由于吸入具有致敏作用的变应原后引起的支气管黏膜

充血、水肿、渗出增加及支气管平滑肌痉挛,是一种慢性呼吸道过敏性炎症。在哮喘缓解期,患者即使没有症状,甚至多年没有症状,这种慢性炎症也持续存在。家庭装饰装修一般造成的是过敏性哮喘发作。装修材料里面释放的甲醛、苯、氨和放射性物质氡等污染物质,是刺激性很强的化学刺激物。由于有部分病人气道比较敏感,遇到刺激性气味会有咳嗽症状,之后可以自行缓解;或者有时有鼻塞流涕打喷嚏等鼻炎症状,以往没有典型的咳嗽、喘息、胸闷、憋气等支气管哮喘发作的病史,他们对哮喘了解很少,所以更要引起注意。同时,专家提醒消费者,在装修过程中如发现眼睛酸痛、气喘、咳嗽,要及时检查,以免延误病情。



孙月眉主任