



哮喘尚不可根除 但能防能治

哮喘,给很多人的感觉是经常听到,但并不常见的病。其实不然,据近期研究数据,全世界有近3亿哮喘患者,仅我国就约有3000万,也就是说,我们身边每40多个人中就有一个。

哮喘不仅常见,还很危险,如果控制不好可能导致死亡。坚持治疗,尽量避免诱发哮喘,非常重要。

哮喘病因至今未明 与遗传和环境相关

在影视剧《如懿传》中,乾隆和孝贤皇后的皇二子永璉患有哮喘。太医给其长期调理,不算身强力壮,但也能正常生活。后来,因一次风寒引发哮喘,又因来回搬动居住,导致病情不断加重,最后,因为盖了一床被人故意絮有芦花的棉被,年仅8岁的永璉病发身亡。

剧中的哮喘,即现在的哮喘,全称支气管哮喘,是一种以慢性气道炎症为特征的呼吸道疾病。表面字义也是典型病症——哮,指呼吸急促,喉间有鸣响;喘,亦有急促呼吸之意。

具体来说,哮喘患者的气

道问题主要是因为气道的炎症反应导致气道高反应性、气道的阻塞,从而导致呼吸困难、憋气、胸闷、气短等症状。通俗地说就是因为气道炎症导致气道非常敏感而出现的哮喘症状。

大部分哮喘患者的发病时间在凌晨或夜间,特点为反复性发作的喘息、气促、胸闷和咳嗽,经过身体自然的缓解或经人为治疗,症状或会减轻。但是,如果防护治疗不当,病人有可能会死亡。

目前,全球有近3亿哮喘患者,每死亡250人,就约有1人是因哮喘而离开。哮喘已经成为一个全球性的健康问题,尤其是儿童及青少年,因为免疫系统尚不完善为高发人群。

目前,哮喘的发病机制依然没有完全明确,已知诱发支气管哮喘的高危因素主要有三方面——过敏性体质,如过敏性鼻炎、过敏性皮肤性疾病等;哮喘家族史,而且与哮喘患者的亲缘关系越近,风险越高;环境因素,如长期暴露于过敏环境等。建议哮喘患者注意防护,坚持治疗,尽量避

免诱发哮喘。

别信秘方 哮喘尚不能根除

哮喘是一种慢性疾病,目前医学界认为无法根除,一旦确诊为哮喘便需要长期治疗,绝对不能擅自停药。

但是,经常有人因为治病心切乱投医,不惜花费重金也要找到所谓的“根治哮喘”祖传秘方一试。这样做的后果,往往是赔了夫人又折兵,耽误甚至加重了病情。

那哮喘患者就永远不能停药,无法正常生活吗?当然不是。80%以上的哮喘病情是可以得到控制,完全不影响正常工作与生活的。所以,哮喘患者的长期目标应该是控制好哮喘,即使得了哮喘,也可以像正常人一样参加各种运动,同时减少未来哮喘急性发作的频率、减轻症状、减少治疗药物带来不良反应发生的风险,减少复发、提高生活质量。

那长期用药,会有副作用吗?很多哮喘患者或家人都会有这样的担心。首先要强调一下,长期用药不等于长期大量用药。经过规范合理治

疗后,绝大多数病情稳定的哮喘患者可以达到小剂量维持用药甚至停药的治疗状态,如果药物反应很大或者不见效,则需要调整治疗方案尽量达到理想状态。

除此之外,在控制药量的前提下,有些药还会有联合用药、用药后漱口等要求,以帮助药物快速起效、减少残留、减轻副作用。一般来说,规范的治疗方案中,药物副作用非常小,患者及家属不必过于担心,遵医嘱坚持治疗,更有利于病情控制和身体健康。

五种情形易诱发哮喘 注意防护可减少发作

引起哮喘发作的原因有很多,有些原因显而易见,但有些原因常常是隐蔽的,需要医生和患者共同努力查找。同时,患者和家属都要参与到哮喘管理工作中,科学控制、长期管理。

具体来说,可从以下五方面做好防护,尽量避免哮喘发作——

1. 远离过敏原,尽量避免过敏。

有30%~40%的支气管

哮喘患者可查出过敏原。尘螨、猫狗的皮垢、霉菌、花粉、牛奶、禽蛋、羽毛、真菌等都是重要的过敏原。

2. 注意健康防护,尽量避免感染。

感冒等上呼吸道感染是哮喘最常见的诱因,尤其是病毒性呼吸道感染,更易引致哮喘发作。冬春季节或气候多变时,要多注意健康防护。

3. 避免刺激性气味。

吸入烟、尘、汽油、油漆等气味以及冷空气等刺激性气味时会刺激支气管黏膜,容易导致哮喘患者人群支气管平滑肌痉挛。

4. 避免过度劳累。

突击性强烈的或长时间的体力劳动,紧张的竞技性运动,也会诱发哮喘。

5. 注意气候变换。

寒冷季节受凉导致的呼吸道感染,或天气突然变化、空气污染、雾霾等都可激发支气管哮喘发作。因此,在天气变化或寒冷时,哮喘患者一定要及时添加衣物,预防感冒,做好防护。

(北京晚报)

名医风采 | 滨医附院呼吸与危重症医学科·高福泉

高福泉

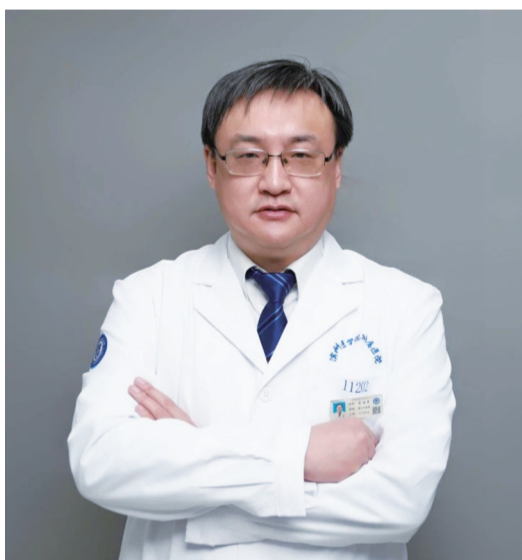
主任医师 硕士研究生导师

山东省医学会结核病专业委员会委员

山东省医师协会呼吸内科专业委员会委员

滨州市医学会呼吸内科专业委员会副主任委员

滨州市医师协会睡眠医学专业委员会副主任委员



擅长领域

慢性阻塞性肺疾病、支气管哮喘,支气管扩张、肺部感染性疾病、胸膜疾病、间质性肺炎、肺部恶性肿瘤、急慢性呼吸衰竭以及各种急危重症的诊断和治疗。

出诊信息

知名专家门诊:周五上午

地址:门诊一部3楼西南角六诊区

普通专家门诊:周一、周三全天

地址:门诊一部4楼东七诊区

滨州医学院附属医院呼吸与危重症医学科

滨医附院呼吸与危重症医学科是国家临床重点专科建设项目单位、全国呼吸与危重症医学科(PCCM)评审三级医院优秀单位、全国间质性肺疾病规范诊疗中心建设优秀单位、全国呼吸与危重症医学科规范化建设专培基地、山东省临床重点专科、山东省精品特色专科、山东省医药卫生重点学科、山东省高校重点实验室、山东省“泰山学者”设岗学科、山东省高校对接产业类

协同创新中心、肺损伤与修复山东省工程研究中心、山东省第一批获得呼吸内镜三—四级手术资质、山东省高校黄大年式教师团队、山东省优秀研究生导师团队,黄河三角洲呼吸与危重症专科联盟理事长单位。

科室拥有一支优秀的医护团队,其中主任医师8人,博士生导师3人,硕士生导师12人,2人享受国务院政府特殊津贴,12人次获得全国优秀共

产党员、全国先进工作者等国家奖励。科室注重提升专科服务及学科发展,分设间质性肺疾病学组、呼吸危重症学组、睡眠呼吸障碍学组、肺部感染学组、呼吸慢病学组、肺癌学组、介入呼吸学组、肺栓塞与肺血管疾病学组8个亚专科方向。

近年来,科室主持国家自然科学基金项目18项,发表SCI论文150余篇,合计影响因子500分,获得省部级以上

科研奖励8项,连续多年列全国呼吸与危重症医学学术排名百强,医院五年ASTEM(学科)全国第45名,全省第3名。

诊疗特色优势

滨医附院呼吸与重症医学科在黄河三角洲地区最早开展呼吸内镜,是山东省第一批获批呼吸内镜3—4级手术的科室。科室开展了关于重症肺炎的多项呼吸内镜新技术,如全麻下全肺灌洗术,联

合排痰机经气管镜肺冲洗术,经内科胸腔镜脓胸粘连带松解术,对重症肺炎病原微生物精准诊断和内镜治疗方面有丰富经验。

科室拥有强大的呼吸支持技术。在肺复张手法联合小潮气量治疗ARDS,小剂量肝素治疗脓毒症等方面有深入研究,并因此荣获山东省科技进步奖。