

XIAOCHUAN YONGYAO YU YINSHI TIAOYANG

哮喘



用药与饮食调养

陈惠中◎主编



金盾出版社

哮喘用药与饮食调养

主 编

陈惠中

副主编

王曙东 陆健敏

编著者

陈 斌 陈 胜 孙文娟 刘新卷

张文君 陈晓清 徐 锋 朱华路

王曙东 陆健敏 陈惠中

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书从中西医用药与饮食调养等几个方面,介绍了哮喘的一些经验治疗方法,包括哮喘的一般医学知识、哮喘用药、哮喘患者的饮食调养原则和饮食宜忌、哮喘的药膳方和食疗方等。其叙述深入浅出、通俗易懂,内容科学实用、准确详细,可操作性强,既适合患者及其家属阅读,也可供社区及基层医护人员参考。

图书在版编目(CIP)数据

哮喘用药与饮食调养/陈惠中主编. —北京:金盾出版社, 2015. 4

ISBN 978-7-5082-9614-2

I. ①哮… II. ①陈… III. ①哮喘—用药法②哮喘—食物疗法 IV. ①R562.205②247.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第178001号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京印刷一厂

正文印刷:北京军迪印刷有限责任公司

装订:兴浩装订厂

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:8.25 字数:177千字

2015年4月第1版第1次印刷

印数:1~4000册 定价:23.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

前言

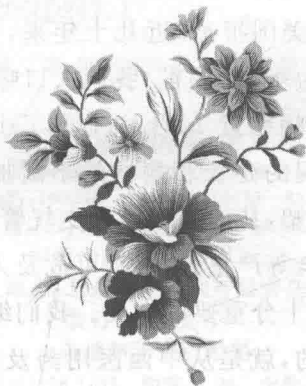
哮喘,即支气管哮喘,是一种常见的发作性的肺部过敏性疾病。目前认为,哮喘是一种气道的慢性炎症性和气道高反应性疾病。当哮喘发作时,慢性炎症的气道反应性增高,气道壁肿胀,气道狭窄,气道产生黏液,导致气道阻塞和气流受阻,患者会出现咳嗽、喘息、胸部憋闷的症状,此为哮喘发作时的病理基础。世界各地的哮喘发病率不同,国外几个调查报告指出,儿童哮喘的患病率为 0.2%~7.4%,成人哮喘的患病率为 1.1%~9.9%。据美国报道,近几十年来,美国的哮喘发病率增加了 7 倍,现在为 4%。目前,我国人口哮喘发病率为 1%~4%,而儿童哮喘患病率近 10 年内上升了 1~2 倍。哮喘如不及时治疗,随着病程的延长和病情的不断加重,会产生气道不可逆狭窄和气道重塑,从而引发慢性支气管炎、肺气肿、肺源性心脏病、心功能不全等严重并发症,可危及人的生命。因此,加强哮喘的防治具有十分重要的意义。我们编写《哮喘用药与饮食调养》一书的目的,就是从中西医用药及药膳和食疗等几个方面,给哮喘患者提供一些经验治疗方法,从而解除患者的痛苦。

本书分为三部分:第一部分为哮喘的一般医学知识;第二

部分为哮喘用药,包括西医用药和中医用药;第三部分为哮喘患者的饮食调养,包括饮食调养原则和饮食宜忌、药膳方和食疗方。其内容深入浅出、通俗易懂、科学实用,所介绍的西药、中药、药膳和食疗方具体详细,既适合患者及其家属阅读和使用,也可供社区及基层医护人员参考。

本书所汇集的资料,来自国内外很多书刊杂志作者的辛勤劳动,在此表示衷心感谢!因编者水平有限,书中难免有错误和不足,恳请读者批评指正。

陈惠中





目 录

一、哮喘的一般医学知识

(一)哮喘及其发病率	(1)
1. 哮喘的概念	(1)
2. 中医对哮喘的认识	(1)
3. 职业性哮喘	(2)
4. 运动性哮喘	(3)
5. 阿司匹林哮喘	(3)
6. 哮喘性支气管炎	(4)
7. 肺心病哮喘	(4)
8. 心源性哮喘	(5)
9. 嗜酸性粒细胞增多性哮喘	(6)
10. 咳嗽变异性哮喘	(8)
11. 月经性哮喘	(8)
12. 难治性哮喘	(9)
13. 危重症哮喘	(9)
14. 哮喘的患病率	(10)



15. 儿童哮喘的发病率及其特点	(10)
(二) 哮喘的病因	(11)
1. 诱发哮喘的因素	(11)
2. 职业性哮喘的致病物质	(13)
3. 儿童哮喘的诱发因素	(15)
4. 上呼吸道感染能引起哮喘	(16)
5. 胃食管反流易致哮喘	(16)
6. 肥胖可致哮喘	(17)
7. 过敏性鼻炎与哮喘是“同一气道的同一疾病”	(17)
8. 儿童感冒可诱发哮喘发作	(18)
9. 哮喘患者换个环境会出现病情的变化	(19)
10. 哮喘与月经及妊娠有关	(19)
11. 可引起哮喘的常用药物	(20)
12. 日常生活中的一些气味可诱发哮喘	(22)
13. 吸烟能诱发哮喘	(23)
14. 哮喘发病率与季节有关	(23)
15. 哮喘所属变态反应类型	(25)
16. 哮喘与特应性过敏体质的关系	(26)
17. 哮喘有一定的遗传性	(26)
18. 孕妇的环境因素对胎儿哮喘发病的影响	(28)
19. 早产儿易发哮喘	(28)
20. 新婚之夜易诱发哮喘的原因	(29)



21. 出生时间与哮喘发病有关	(30)
22. 婴幼儿喂养与哮喘有关	(30)
23. 在生长发育过程中哮喘发病会减少	(31)
24. 哮喘发作与痰有关	(33)
25. 气道高反应性是哮喘发病的重要特征	(33)
26. 哮喘多在夜间发病	(34)
27. 哮喘患者可有一些病理解剖学上的改变	(35)
28. 哮喘患者肺功能的一些改变	(35)
(三)哮喘的临床表现与诊断	(37)
1. 外源性哮喘与内源性哮喘的临床表现不同	(37)
2. 哮喘发作前有先兆症状	(40)
3. 哮喘发作症状的类型	(40)
4. 哮喘患者体检时的发现	(42)
5. 哮喘患者实验室检查时的发现	(42)
6. 哮喘患者血气分析的意义	(43)
7. 哮喘患者胸部 X 线检查的意义	(43)
8. 哮喘患者心电图检查的意义	(44)
9. 呼气峰流速测定对诊断哮喘的意义	(44)
10. 儿童哮喘的临床表现分度	(45)
11. 职业性哮喘的分型及临床表现	(46)
12. 运动性哮喘的临床表现及特点	(46)
13. 哮喘免疫学特异性诊断方法	(48)



14. 哮喘的诊断标准	(51)
15. 儿童哮喘的诊断标准	(52)
16. 职业性哮喘的诊断标准	(53)
17. 与哮喘相鉴别的一些疾病	(54)
18. 哮喘的并发症	(55)
(四)哮喘的预防和康复	(59)
1. 预防成人哮喘的措施	(59)
2. 预防儿童哮喘的措施	(62)
3. 哮喘患者适合于“冬病夏治”	(64)
4. 音乐疗法有利于哮喘的康复	(65)
5. 森林疗法有利于哮喘的康复	(66)
6. 空气浴有利于哮喘的康复	(67)
7. 岩洞疗法有利于哮喘的康复	(68)
8. 几种温泉水泡浴有利于哮喘的康复	(68)
9. 哮喘患者可行呼吸操锻炼	(69)
10. 养生功疗法能防治哮喘	(70)

二、哮喘用药

(一)西医用药	(74)
1. 哮喘治疗用药概况	(74)
2. 哮喘常用药物种类	(75)
3. 哮喘缓解剂的概念	(76)



4. β_2 受体激动剂的作用原理及不良反应	(76)
5. 常用 β_2 受体激动剂的适应证及注意事项	(77)
6. 哮喘预防剂及其种类	(79)
7. 哮喘患者使用糖皮质激素的适应证及安全性	(80)
8. 常用糖皮质激素制剂的适应证及注意事项	(81)
9. 常用过敏介质阻滞剂的适应证及注意事项	(83)
10. 常用白三烯受体拮抗剂的适应证及注意事项 ..	(84)
11. 常用茶碱类制剂的适应证及注意事项	(85)
12. 常用 M 胆碱受体拮抗剂的适应证及注意事项	(87)
13. 不同哮喘制剂的用药途径	(88)
14. 治疗哮喘的目标及要求	(89)
15. 哮喘长期管理的“阶梯式治疗方案”	(89)
16. 哮喘治疗必须“个体化”	(91)
17. 哮喘发作时必须用“消炎药”及联合用药	(91)
18. 哮喘急性发作期西医用药治疗原则	(92)
19. 哮喘缓解期西医长期用药治疗原则	(93)
20. 轻度哮喘发作的西医用药治疗措施	(94)
21. 轻度哮喘发作的西医用药处方	(94)
22. 中度哮喘发作的西医用药治疗措施	(94)
23. 中度哮喘发作的西医用药处方	(95)
24. 重度哮喘发作或哮喘持续状态的西医用药治疗 措施	(96)



25. 重度哮喘发作的西医用药处方 (98)
26. 慢性哮喘西医用药治疗原则 (98)
27. 轻度慢性哮喘长期西医用药处方及注意事项 ... (99)
28. 中度慢性哮喘长期西医用药处方及注意事项 ... (99)
29. 重度慢性哮喘长期西医用药处方及注意
事项 (100)
30. 儿童轻中度哮喘发作时的 β_2 受体激动剂的
应用 (101)
31. 儿童轻中度哮喘发作时的倍氯米松的应用 (101)
32. 儿童轻中度哮喘发作时的异丙托溴铵的应用 (102)
33. 儿童轻中度哮喘发作时的氨茶碱的应用 (102)
34. 儿童重度哮喘或哮喘持续状态西医用药治疗
措施 (103)
35. 阿司匹林哮喘发作时的西医用药治疗原则 (105)
36. 职业性哮喘发作时的西医用药治疗原则 (105)
37. 运动性哮喘的西医用药治疗原则 (106)
38. 咳嗽变异性哮喘西医用药治疗原则 (107)
39. 月经性哮喘西医用药治疗原则 (107)
40. 哮喘糖皮质激素用药的适应证与禁忌证 (108)
41. 哮喘糖皮质激素用药的依赖和耐药的处理
措施 (108)
42. 治疗哮喘三类糖皮质激素比较 (109)



43. 哮喘严重发作时糖皮质激素治疗的原则性措施	(110)
44. 慢性哮喘糖皮质激素治疗的原则性措施	(111)
45. 哮喘糖皮质激素治疗减量与维持阶段的用药方法	(111)
46. 吸入疗法是一种治疗哮喘较为理想的方法	(112)
47. 哮喘压力定向气雾剂的正确操作步骤	(113)
48. 治疗哮喘用气雾剂配合储雾罐的好处	(113)
49. 哮喘干粉吸入器的优缺点及种类	(114)
50. 都保——最新型干粉吸入装置	(115)
51. 干粉吸入装置准纳器的优点	(115)
52. 雾化吸入的种类及其优点	(115)
53. 不同年龄哮喘患者宜选择不同的吸入装置	(116)
54. 哮喘特异性免疫疗法的适应证	(116)
55. 特异性免疫治疗的方法及疗程和注意事项	(117)
(二) 中医用药	(118)
1. 哮喘发作的辨证施治方	(118)
2. 寒哮和热哮发作期的辨证施治方	(120)
3. 哮喘缓解期的辨证施治方	(120)
4. 治疗哮喘的古方今用	(121)
5. 治疗哮喘的秘验方	(128)
6. 肺脾气虚型哮喘缓解期的秘验方	(132)



7. 肺肾两虚型哮喘缓解期的秘验方 (135)
8. 治疗儿童哮喘的秘验方 (138)
9. 治疗哮喘的常用中成药片剂 (139)
10. 治疗哮喘的常用中成药口服液 (141)
11. 治疗哮喘的常用中成药胶囊剂 (142)
12. 治疗哮喘的常用中成药丸剂 (143)
13. 治疗哮喘的常用中成药膏剂 (146)
14. 治疗哮喘的背部穴位药物敷贴处方 (147)
15. 治疗哮喘的神阙穴药物敷贴处方 (148)
16. 治疗哮喘的涌泉穴药物敷贴处方 (149)
17. 冬病夏治哮喘的穴位药物敷贴处方 (150)
18. 治疗哮喘的常用药枕方 (153)
19. 治疗肺脾气虚型哮喘的中成药制剂 (154)
20. 治疗肺肾两虚型哮喘的中成药制剂 (154)
21. 治疗寒哮的中成药制剂 (155)
22. 治疗热哮的中成药制剂 (156)
23. 哮喘合并慢性支气管炎的辨证施治方 (157)
24. 治疗哮喘合并慢性支气管炎的秘验方 (158)
25. 治疗哮喘合并慢性支气管炎的中成药
制剂 (161)
26. 哮喘合并慢性阻塞性肺气肿的辨证施治方 (163)
27. 治疗哮喘合并慢性阻塞性肺气肿的秘验方 (165)



28. 治疗哮喘合并慢性阻塞性肺气肿的中成药	
制剂	(168)
29. 哮喘合并慢性肺源性心脏病的辨证施治方	(169)
30. 治疗哮喘合并慢性肺源性心脏病的秘验方	(171)
31. 治疗哮喘合并慢性肺源性心脏病的中成药	
制剂	(174)

三、哮喘患者饮食调养

(一) 饮食调养原则及饮食宜忌	(176)
1. 哮喘会影响机体的营养代谢	(176)
2. 哮喘患者对主要营养素的供给要求	(177)
3. 哮喘患者饮食调养的目的及相应的饮食要求	(181)
4. 一般哮喘患者的饮食内容安排及食谱举例	(182)
5. 哮喘患者的饮食调养原则	(182)
6. 哮喘急性发作时的饮食调养原则	(183)
7. 慢性哮喘反复发作期的饮食调养原则	(184)
8. 哮喘缓解期的饮食调养原则	(185)
9. 喘息性支气管炎的饮食调养原则	(186)
10. 肺心病哮喘的饮食调养原则	(187)
11. 哮喘患者的饮食应因人、因时、因地制宜	(188)
12. 诱发小儿哮喘发病的饮食因素	(189)
13. 哮喘发作时宜及时补充水分	(189)



14. 哮喘患者能否吃海鲜 (190)
15. 哮喘患者宜增加抗氧化营养素的摄入量 (190)
16. 哮喘患者饮食宜清淡忌肥腻 (191)
17. 哮喘患者饮食宜温热忌过冷过热 (191)
18. 哮喘患者的饮食宜少量多餐而不宜过饱 (192)
19. 哮喘患者的饮食忌过甜过咸 (192)
20. 哮喘患者忌喝冷饮及含气饮料 (192)
21. 哮喘患者忌吃刺激性食物和产气食物 (193)
22. 哮喘患者忌吸烟和饮酒 (193)
23. 哮喘患者发作期不宜用参芪补品 (193)
24. 能引起哮喘的食物 (194)
25. 哮喘患者宜吃食物 (194)
26. 哮喘患者忌吃或少吃食物 (194)
- (二) 药膳方 (195)
 1. 具有解痉平喘作用的中草药 (195)
 2. 麻黄药膳方 (195)
 3. 蛤蚧药膳方 (197)
 4. 冬虫夏草药膳方 (199)
 5. 地龙药膳方 (200)
 6. 白果药膳方 (201)
 7. 杏仁药膳方 (202)
 8. 贝母药膳方 (204)



9. 海螵蛸药膳方	(205)
10. 五味子药膳方	(206)
11. 款冬花药膳方	(207)
12. 桑白皮药膳方	(208)
13. 莱菔子药膳方	(209)
14. 瓜蒌药膳方	(209)
15. 僵蚕药膳方	(210)
16. 海马药膳方	(211)
17. 艾叶药膳方	(211)
18. 紫苏子药膳方	(212)
19. 葶苈子药膳方	(213)
20. 紫菀药膳方	(214)
21. 紫苏药膳方	(215)
22. 百部药膳方	(215)
23. 百合药膳方	(216)
24. 白前药膳方	(217)
25. 防风药膳方	(218)
26. 黄芩药膳方	(219)
27. 沙参药膳方	(220)
28. 黄芪药膳方	(220)
29. 淫羊藿药膳方	(221)
30. 补骨脂药膳方	(222)



31. 紫河车药膳方	(223)
32. 肉桂药膳方	(224)
33. 桃仁药膳方	(225)
(三) 食疗方	(225)
1. 具有解痉平喘作用的食物	(225)
2. 南瓜方	(226)
3. 萝卜方	(227)
4. 丝瓜方	(229)
5. 冬瓜方	(230)
6. 山药方	(230)
7. 生姜方	(231)
8. 大蒜方	(232)
9. 豆腐方	(233)
10. 鸡肉方	(234)
11. 鸡蛋方	(235)
12. 鹌鹑肉和蛋方	(236)
13. 猪肺方	(237)
14. 动物胆汁方	(237)
15. 鳖蛋龟血方	(238)
16. 海蜇皮方	(238)
17. 柑橘方	(239)
18. 杨梅和枇杷方	(240)