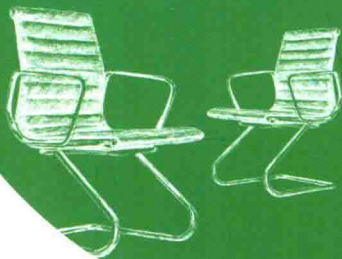


专家与您
面对面

哮喘

主编 王海云 江莉



怎么防？怎么治？

全面了解**哮喘**

正确面对哮喘的“防”与“治”

中国医药科技出版社

专家与您
面对面

哮喘

预防·诊断·治疗

怎么防？怎么治？

主编 王书臣

中国疾病预防控制中心

“百病百问”

中国协和医科大学出版社



专家与您面对面

哮喘

主编 / 王海云 江 莉

中国医药科技出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

哮喘 / 王海云, 江莉主编. — 北京: 中国医药科技出版社, 2016.1
(专家与您面对面)

ISBN 978-7-5067-7637-0

I. ①哮… II. ①王… ②江… III. ①哮喘 - 防治 IV. ① R562.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 144553 号

专家与您面对面——哮喘

美术编辑 陈君杞

版式设计 大隐设计

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 880 × 1230mm $1/_{32}$

印张 5

字数 77 千字

版次 2016 年 1 月第 1 版

印次 2016 年 1 月第 1 次印刷

印刷 北京九天众诚印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-7637-0

定价 19.80 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换



内容提要

哮喘怎么防？怎么治？本书从“未病先防，既病防变”的理念出发，分别从基础知识、发病信号、鉴别诊断、综合治疗、康复调养和预防保健六个方面进行介绍，告诉您关于哮喘您需要知道的有多少，您能做的有哪些。

阅读本书，让您在全面了解哮喘的基础上，能正确应对哮喘的“防”与“治”。本书适合哮喘患者及家属阅读参考，凡患者或家属可能存在的疑问，都能找到解答，带着问题找答案，犹如专家与您面对面。



专家与您面对面

丛书编委会（按姓氏笔画排序）

王 策	王建国	王海云	尤 蔚	牛 菲	牛胜德	牛换香
尹彩霞	申淑芳	史慧栋	付 涛	付丽珠	白秀萍	吕晓红
刘 凯	刘 颖	刘月梅	刘宇欣	刘红旗	刘彦才	刘艳清
刘德清	齐国海	江 莉	江荷叶	许兰芬	李书军	李贞福
张凤兰	张晓慧	周 萃	赵瑞清	段江曼	高福生	程 石
谢素萍	熊 露	魏保生				



前言

“健康是福”已经是人尽皆知的道理。有了健康，才有事业，才有未来，才有幸福；失去健康，就失去一切。那么什么是健康？健康包含三个方面的内容，身体好，没有疾病，即生理健康；心理平衡，始终保持良好的心理状态，即心理健康；个人和社会相协调，即社会适应能力强。健康不应以治病为本，因为治病花钱受罪，事倍功半，是下策。健康应以养生预防为本，省钱省力，事半功倍，乃是上策。

然而，污染的空气、恶化的水源、生活的压力等等，来自现实社会对健康的威胁却越来越令人担忧。没病之前，不知道如何保养，一旦患病，又不知道如何就医。基于这种现状，我们从“未病先防，既病防变”的理念出发，邀请众多医学专家编写了这套丛书。丛书本着一切为了健康的目标，遵循科学性、权威性、实用性、普及性的原则，简明扼要地介绍了100种疾病。旨在提高全民族的健康与身体素质，消除医学知识的不对等，把健康知识送到每一个家庭，帮助大家实现身心健康的理想。本套丛书的章节结构如下。

第一章 疾病扫盲——若想健康身体好，基础知识须知道；

第二章 发病信号——疾病总会露马脚，练就慧眼早明了；

第三章 诊断须知——确诊病症下对药，必要检查不可少；



第四章 治疗疾病——合理用药很重要，综合治疗效果好；

第五章 康复调养——三分治疗七分养，自我保健恢复早；

第六章 预防保健——运动饮食习惯好，远离疾病活到老。

按照以上结构，作者根据在临床工作中的实践体会，和就诊时患者经常提出的一些问题，对 100 种常见疾病做了系统的介绍，内容丰富，深入浅出，通俗易懂。通过阅读，能使读者在自己的努力下，进行自我保健，以增强体质，减少疾病；一旦患病，以利尽早发现，及时治疗，早日康复，将疾病带来的损害降至最低限度。一书在手，犹如请了一位与您面对面交谈的专家，可以随时为您解答疑惑。丛书不仅适合患者阅读，也适用于健康人群预防保健参考所需。限于水平与时间，不足之处在所难免，望广大读者批评、指正。

编者

2015 年 10 月



目录

第1章 疾病扫盲

——若想健康身体好，基础知识须知道

什么是支气管哮喘 / 2

气管和支气管的结构 / 2

中医学对肺的认识 / 5

支气管哮喘的患病率 / 6

儿童支气管哮喘的发病情况 / 7

中医学对支气管哮喘的认识 / 7

诱发支气管哮喘的因素 / 9

儿童哮喘的诱发因素 / 13

支气管哮喘病能遗传吗 / 15

支气管哮喘与吸烟有关吗 / 15

支气管哮喘患者能否饮酒 / 16

月经、结婚、怀孕和分娩对哮喘患者有无影响 / 16

支气管哮喘的变态反应类型 / 18

支气管哮喘发病过程中主要的炎性介质 / 20

气道高反应性与支气管哮喘发病的关系 / 23

牛乳喂养婴儿的支气管哮喘发病率高 / 24

支气管哮喘引起的病理学改变 / 24

支气管哮喘的类型 / 25



第2章 发病信号

——疾病总会露马脚，练就慧眼早明了

支气管哮喘发病的先兆期症状 / 30

慢性支气管哮喘的症状 / 30

哮喘持续状态的症状 / 31

阵发性哮喘的症状 / 32

儿童支气管哮喘的临床表现 / 33

支气管哮喘的一般临床特点 / 35

严重支气管哮喘的临床特点 / 36

内源性哮喘与外源性哮喘的临床表现区别 / 37

支气管哮喘发作期的并发症 / 38

支气管哮喘反复发作的并发症 / 40

第3章 诊断须知

——确诊病症下对药，必要检查不可少

支气管哮喘的辅助检查 / 44

职业性哮喘的职业及致病物质 / 45

支气管哮喘患者体格检查 / 47

支气管哮喘的病危指征 / 48

支气管哮喘的西医诊断标准 / 48

支气管哮喘的鉴别诊断 / 49

中医哮喘的辨证分型 / 54

第4章 治疗疾病

——合理用药很重要，综合治疗效果

西医防治支气管哮喘的原则 / 58



- 支气管哮喘先兆期怎样治疗 / 59
- 支气管哮喘发作时西医怎样治疗 / 62
- 儿童支气管哮喘发作时西医怎样治疗 / 66
- 治疗支气管哮喘常用的药物种类 / 70
- 激素应用的指征和方法 / 75
- 对激素产生耐药和依赖应怎样处理 / 78
- 支气管哮喘的脱敏疗法 / 79
- 什么是菌苗疗法 / 79
- 支气管哮喘怎样“治标” / 81
- 支气管哮喘怎样“治本” / 82
- 中医怎样治疗哮喘病 / 83
- 基本方结合分型论治怎样治疗哮喘 / 84
- 怎样运用攻补兼施法治疗小儿哮喘 / 85
- 怎样用宣肺透邪法治疗青少年哮喘 / 87
- 怎样分期治疗支气管哮喘 / 89
- 中医常用的哮喘治疗法 / 91
- 具有平喘作用的中药 / 95
- 怎样用紫外线疗法治疗支气管哮喘 / 104
- 怎样用离子导入疗法治疗支气管哮喘 / 105
- 怎样用激光治疗支气管哮喘 / 107
- 怎样用普鲁卡因封闭疗法治疗支气管哮喘 / 107
- 怎样用超声雾化吸入疗法治疗支气管哮喘 / 108
- 怎样用空气负离子治疗支气管哮喘 / 109
- 怎样用磁场疗法治疗支气管哮喘 / 110
- 如何用拔罐疗法治疗支气管哮喘 / 111
- 怎样用空气浴治疗支气管哮喘 / 112



- 怎样用针灸疗法治疗支气管哮喘 / 113
- 怎样用耳背刺络放血法治疗支气管哮喘 / 114
- 怎样用矿泉疗法治疗支气管哮喘 / 114
- 怎样用海水浴疗法治疗支气管哮喘 / 114
- 怎样用自血疗法治疗支气管哮喘 / 115
- 怎样用疤痕疗法治疗支气管哮喘 / 116
- 怎样用挑治法治疗支气管哮喘 / 116
- 治疗支气管哮喘常用的药膳疗法 / 117
- 敷贴疗法治疗支气管哮喘 / 118
- 怎样用针刺四缝法治疗支气管哮喘 / 118
- 治疗喘证的单验方 / 119
- 支气管哮喘和慢性支气管炎辨证用药规律 / 121
- 支气管哮喘和慢性支气管炎辨病用药规律 / 122

第5章 康复调养

——三分治疗七分养，自我保健恢复早

- 怎样对支气管哮喘患者进行护理 / 126
- “易地治疗”是怎么回事 / 128
- 如何预防哮喘复发 / 128

第6章 预防保健

——运动饮食习惯好，远离疾病活到老

- 怎样预防支气管哮喘病 / 134
- 中医怎样预防支气管哮喘 / 135
- 怎样预测及防治睡眠后支气管哮喘发作 / 136
- 老年哮证应怎样调治 / 137



哮喘患者的饮食调理 / 138

哮喘的食疗方 / 140

哮喘患者如何进行呼吸操锻炼 / 143

哮喘患者能进行运动性锻炼吗 / 144



第1章

疾病扫盲

若想健康身体好，基础知识
须知道



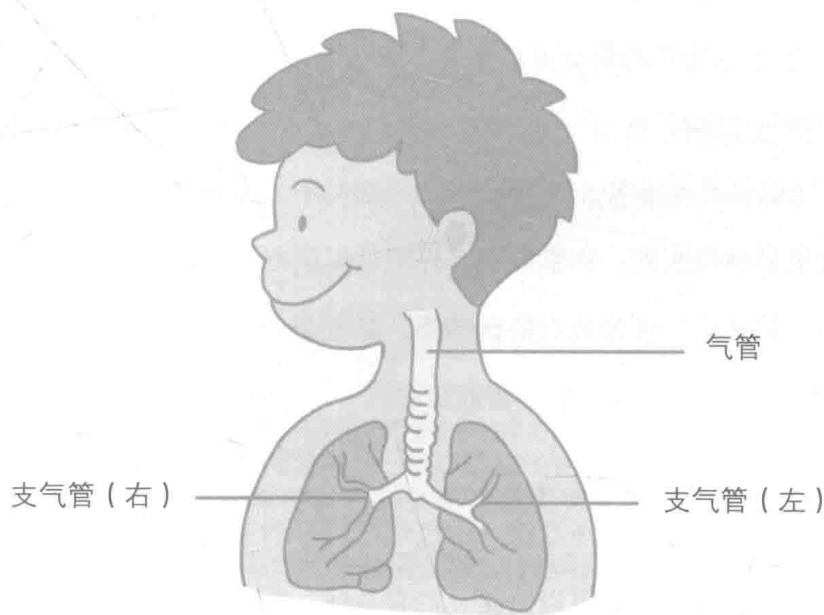


从广义上讲，哮喘的临床表现是由许多不同程度的病理生理变化而形成的综合征，例如：支气管平滑肌痉挛、气道黏膜水肿、黏液分泌增多、黏膜纤毛功能障碍、支气管黏膜肥厚、支气管黏液栓塞等，根据各种病理生理变化程度不同，即可导致临床上不同程度的哮喘症候群，重者表现为急性严重的哮喘持续状态，轻者仅表现为胸闷，有些则表现为以咳嗽为主。

从狭义上讲，哮喘的定义应为：机体由于外在或内在的过敏原或非过敏原等因素，通过神经体液而导致气道可逆性的痉挛。临床上表现为屡次反复的阵发性胸闷，伴哮鸣音并以呼气为主的呼吸困难或兼有咳嗽。

一般常见的所谓支气管哮喘，则常指狭义的定义。

气管以软骨、肌肉、结缔组织和黏膜构成。支气管是由气管分出的各级分枝，由气管分出的一级支气管，即左、右主支气管。



气管和支气管壁自内向外有黏膜、黏膜下层及外膜。

气管和支气管壁自内向外有黏膜、黏膜下层及外膜。

(1) 黏膜层。由黏膜上皮、黏液纤毛装置及固有膜组成。

①黏膜上皮。气管到细支气管为假复层纤毛柱状上皮细胞。终末细支气管到呼吸性细支气管中段为单层纤毛柱状上皮细胞。呼吸性细支气管以下的肺泡管、肺泡囊为无纤毛的单层柱状或单层扁平上皮细胞。气管、大支气管的纤毛呈绒毯状，终末细支气管为孤立的簇状。此外，气管到终末细支气管末端的纤毛柱状上皮细胞间散



在有杯状细胞；终末细支气管和呼吸性细支气管的黏膜上皮内有Clara细胞；气管到肺泡均有神经小体；气管到细支气管黏膜上皮基底上有基底细胞。

②黏液纤毛装置。气管到细支气管黏膜表面有黏液纤毛装置，其内层是稀薄浆液，称浆液层，外层是呈间断滴状的黏液，称黏强力层。黏液纤毛装置具有防御功能，黏液捕获的灰尘、细菌等可由有规律摆动的纤毛推至喉部清除出去。

③固有膜。固有膜位于黏膜深层，由丰富的弹力纤维、胶原纤维、神经纤维、血管、腺体导管、淋巴组织、平滑肌及浆细胞和致密结缔组织构成。浆细胞可以分泌、贮存抗体，弹性纤维和胶原纤维可使呼吸性细支气管具有弹性，保持气道有适当的舒缩幅度。肺内环形平滑肌松弛时，支气管扩张；纵行平滑肌松弛时，肺脏扩张。

（2）黏膜下层。全由结缔组织形成，内含许多腺体，导管开口于黏膜表面，这些腺体经常分泌黏液，使黏膜上皮保持湿润并能粘着吸入的灰尘和细菌，便于通过上皮的纤毛运动而咳出体外。感染或过敏性炎症，如哮喘发作时，腺体分泌亢进，痰量也就增加了。慢性或反复炎症可使黏膜下层的腺体增生和肥大，分泌功能亢进。

（3）外膜层。由软骨和纤维组成；在气管部，软骨呈“C”字形，软骨缺口处有平滑肌和结缔组织连接。软骨的作用在于支撑呼吸道