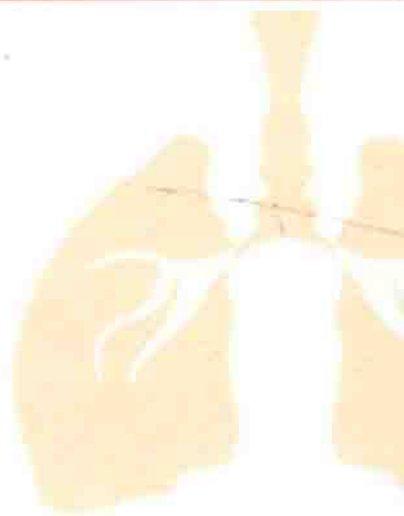


肺部常见疾病科普丛书

丛书主编 费 苛 张 雷

哮喘

主编 刘锦铭



同济大学出版社
TONGJI UNIVERSITY PRESS

肺部常见疾病科普丛书

丛书主编 费苛 张雷

哮 喘

主编 刘锦铭



同济大学出版社
TONGJI UNIVERSITY PRESS

内容提要

本书以问答的方式深入浅出地介绍了哮喘的相关知识,包括哮喘的定义、病因、诱因、发病机制、病理生理、临床表现、诊断、治疗、日常饮食、运动及家庭指导等,以普及哮喘的相关科普知识,提高大众及哮喘患者的防治意识,更重要的是提高自我教育管理意识。本书作为介绍哮喘的一本科普性读物,不但适合哮喘患者及其相关人员阅读,也可供卫生保健、临床医务人员参考。

图书在版编目(CIP)数据

哮喘/刘锦铭主编.--上海:同济大学出版社,2013.11

(肺部常见疾病科普丛书/费苛,张雷主编)

ISBN 978-7-5608-5345-1

I. ①哮… II. ①刘… III. ①哮喘—防治—问题解答
IV. ①R562.2-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 263079 号

肺部常见疾病科普丛书

丛书主编 费 苛 张 雷

哮喘

主 编 刘锦铭

责任编辑 赵 黎 责任校对 张德胜 封面设计 陈益平

出版发行 同济大学出版社 www.tongjipress.com.cn
(地址:上海市四平路 1239 号 邮编:200092 电话:021-65985622)

经 销 全国各地新华书店
印 刷 常熟市大宏印刷有限公司
开 本 787mm×960mm 1/32

印 张 4.625

印 数 1—6100

字 数 104 000

版 次 2013 年 11 月第 1 版 2013 年 11 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5608-5345-1

定 价 16.00 元

丛书编委会名单

丛书主编 费 苛 张 雷

丛书编者（按姓氏笔画排列）

史宏彰	刘锦铭	李惠萍	张 青
周彩存	荆志成	姜格宁	徐金富
唐神结	褚海青		

本书编委会名单

主编 刘锦铭

编者（按姓氏笔画排列）

王 岚	史小芳	刘 辉
刘锦铭	杨文兰	郭 健

序

上海市肺科医院(同济大学附属上海市肺科医院,上海市职业病防治院)创建于1933年,经过八十载的发展,现已成为一所集医疗、教学与科研功能为一体的现代化三级甲等专科医院,诊疗范围涵盖了所有肺部疾病。其诊疗能力享誉全国,部分学科在国际上也有较大影响,近年来,医院连续获得“上海市文明单位”称号。

值此医院八十年华诞,为了充分体现医院的公益性,回馈社会,满足患者求医问药的需求,我们组织院内优秀专家,选择了有代表性的10个病种编写了这套科普丛书。编写者均是临床上有丰富经验和行业内有一定影响力的专家教授,期望通过应用通俗化的非医学专业语言,向广大患者及其家属

传递肺部疾病科普知识,提高大众的疾病防治意识,以便进行日常生活中的自我健康管理,同时,也力争使本丛书对从事初、中级卫生保健以及相关专业的临床医务人员提供帮助。

最后,衷心感谢同济大学出版社对本系列丛书出版的精心指导和大力支持。

由于编写仓促,不足之处在所难免,恳请读者指正。

费苛 张雷

2013 年 11 月

前 言

支气管哮喘是一种世界性疾病,无地域和种族的局限性,任何年龄段均可发病。尽管近年来哮喘发病率的增加可能与人们对哮喘的认知和诊断有关,哮喘的发病率和病死率在全世界范围内仍然呈惊人的速度逐年增加。流行病学调查结果显示:美国哮喘发病率从2001年的7.3%上升至2010年的8.4%;加拿大安大略省哮喘患病率自1996年的8.5%上升至2005年的13.3%;我国于1990年和2000年的两次大规模儿童哮喘患病率调查发现,儿童哮喘患病率由0.91%上升到1.54%,在10年间上升了64.84%。据估计,目前全球约有3亿人罹患哮喘。世界各地哮喘患病率流行病学调查结果不等,儿童哮喘患病率为3.3%~29%,成人哮

喘患病率为 1.2%~25.5%。

我国现有的成人流行病学调查结果显示:哮喘患病率因地区差异在 0.31%~3.38%之间不等,其中青海、深圳和云南哮喘患病率较低,辽宁、北京和海南等地患病率较高。2000 年中国儿童哮喘防治协作组对全国 31 个省(自治区、直辖市)43 个城市开展了哮喘患病率及对家庭和社会影响的大规模流行病学调查,但该研究仅限于儿童。目前成人哮喘患病率及发病相关危险因素,特别是儿童期没有哮喘的成人新发哮喘的危险因素研究较少。哮喘流行病学资料的不足,已成为全国哮喘防控的瓶颈,影响了哮喘相关卫生政策的干预措施的制定。为全面了解我国各地区哮喘患病情况和相关危险因素,2010~2011 年中国哮喘联盟采用了统一的问卷和调查方案对北京、上海、江苏、广东、辽宁、河南、陕西和四川 8 个省市开展了全国哮喘患病率和相关危险因素的流行病学调查(China Asthma and Risk factors Epidemiologic survey,简称 CARE 研

究)。填补了全国范围内大样本成人哮喘流行病学调查资料的空白。这对于制定合理防治措施,提高我国哮喘防治水平,提供了重要科学依据。关于哮喘的病死率和经济负担,各地报道不尽相同。全球哮喘病死率约 1/10 万,全世界每年约 25 万人死于哮喘,其中年轻人占很大比例。美国哮喘患者病死率在 1979~1998 年 20 年间上升了 2.5 倍,最近一项对 1 075 名哮喘患者为期 25 年的前瞻性队列研究发现,成人哮喘患者的病死率为对照组的 2.1 倍。

据 WHO 估计,每年由于哮喘而导致的调整伤残生命年(DALYs)达 1 500 万,约占全球疾病负担的 1%。由于哮喘所带来的经济负担无论从直接医疗费用(住院和药品费用)还是间接的非医疗费用(包括误工及非正常死亡)都非常大。WHO 报道,在全世界的范围内计算,哮喘相关的经济花费比肺结核和艾滋病的经济花费总数还高。哮喘疾病带给各国政府、家庭及患者十分沉重的经济负

担,同时,哮喘疾病对患者的日常活动以及心理和社会功能都造成了很大的影响。因此,普及大众及哮喘患者对哮喘的认识,提高哮喘防治水平就显得至关重要。

本书由同济大学附属上海市肺科医院多位专家共同参与编写,全体编写人员本着科学严谨的精神,不辞辛劳,参阅了大量中外文献,完成了本书。

由于编写仓促,不足之处在所难免,恳请读者指正!

主编 刘锦铭

2013年8月

目 录

1. 什么是哮喘? / 1
2. 哮喘是严重的疾病吗? / 1
3. 无年哮喘是什么? / 1
4. 何谓热性哮喘、寒性哮喘? / 2
5. 哮喘发生在什么部位? / 2
6. 哮喘的原因有哪些? / 2
7. 哮喘的诱因有哪些? / 3
8. 细菌感染如何导致哮喘的发病? / 3
9. 气候因素如何影响哮喘患者发病? / 5
10. 哪些人是哮喘易发人群? / 6
11. 都市人与农村人相比为何更易患哮喘? / 7
12. 打呼噜会引起哮喘吗? / 8
13. 为什么月经来潮时会引起哮喘发作? / 9
14. 如何预防月经性哮喘的发作? / 10
15. 哮喘的发病机制是什么? / 11

16. 哮喘的病理生理是什么? / 13
17. 哮喘病理所见有哪些? / 14
18. 为什么哮喘反复发作会造成肺气肿? / 14
19. 哮喘的临床表现有哪些? / 15
20. 哮喘患者都有气喘吗? / 17
21. 哮喘的分类有哪些? / 17
22. 哮喘需做哪些检查? / 22
23. 肺功能检查在哮喘治疗中的应用有何新进展? / 24
24. 如何诊断哮喘? / 24
25. 儿童哮喘如何诊断? / 25
26. 何谓老年性哮喘? / 26
27. 小孩有哪些症状应高度怀疑哮喘的可能? / 26
28. 咳嗽变异型哮喘误诊、漏诊原因有哪些? / 27
29. 如何防止咳嗽变异型哮喘误诊、漏诊? / 29
30. 哮喘如何分期? / 29
31. 哮喘如何分级? / 30
32. 哮喘的鉴别诊断有哪些? / 31
33. 哮喘与心衰如何区别? / 33
34. 哮喘的并发症有哪些? / 34
35. 哮喘会引起肋骨断裂吗? / 36
36. 为什么哮喘会引起猝死? / 36

37. 哮喘如何治疗? / 38
38. 哮喘患者可以手术治疗吗? / 41
39. 哮喘脱敏治疗是什么意思? / 41
40. 儿童越早进行脱敏治疗效果是否越好? / 42
41. 哮喘能用抗生素吗? / 43
42. 使用抗生素会引起哮喘吗? / 43
43. 中医如何治哮喘? / 44
44. 哮喘病的“冬病夏治”是怎么回事? / 46
45. 热性哮喘为什么不能冬病夏治? / 47
46. 哮喘患者治疗的误区有哪些? / 48
47. 哮喘能治愈吗? / 49
48. 哮喘预后如何? / 50
49. 儿童哮喘如何防治? / 50
50. 老年哮喘如何防治? / 55
51. 呼吸峰流速仪应用在哮喘患者治疗中有何指导意义? / 57
52. 如何对哮喘进行健康教育? / 58
53. 哮喘患者如何正确使用气雾剂? / 59
54. β_2 受体激动剂气雾剂联合糖皮质激素气雾剂使用时,是否要注意顺序? / 61
55. 哮喘患者是否要进行吸氧治疗? / 62
56. 哮喘患者如何吸氧? / 63

57. 哮喘患者应买什么样的制氧机? / 63
58. 哮喘患者在吸氧的时候要注意什么呢? / 64
59. 如何判定哮喘非急性发作期控制水平程度? / 65
60. 哮喘严重程度分级,是用控制水平还是用严重度? / 65
61. 如何避免哮喘发作? / 66
62. 为什么哮喘患者夜间易发作? / 68
63. 得了哮喘,会影响智力发育吗? / 69
64. 哮喘患者能怀孕吗? / 70
65. 妊娠对哮喘病有什么影响? / 72
66. 妊娠期间,哮喘患者应如何治疗? / 73
67. 妊娠期间,哮喘患者用药应注意什么? / 78
68. 哮喘病患者怀孕后能服用沙丁氨醇气雾剂吗? / 78
69. 妊娠期哮喘患者能用激素吗? / 79
70. 妊娠期哮喘患者能用氨茶碱吗? / 80
71. 支气管炎是哮喘吗? / 80
72. 哮喘性支气管炎等于哮喘吗? / 81
73. 哮喘是肺炎吗? 有什么区别? / 82
74. 过敏性哮喘与支气管哮喘一样吗? / 83
75. 慢性咽炎会导致哮喘吗? / 83

- 76. 过敏性鼻炎与哮喘有关系吗? / 84
- 77. 感冒会引起咳嗽变异性哮喘吗? / 87
- 78. 伴有过敏性鼻炎的哮喘反复发作, 如何治疗? / 88
- 79. 下雨天就哮喘是怎么回事? / 91
- 80. 春天哮喘患者发病原因是什么? / 93
- 81. 秋天哮喘患者发病原因是什么? / 93
- 82. 秋季出生的孩子为什么易发哮喘? / 94
- 83. 为什么现在夏季哮喘发病率也越来越高? / 95
- 84. 哮喘病传染吗? / 97
- 85. 哮喘会遗传吗? / 97
- 86. 婴儿应该纯母乳喂养预防过敏吗? / 98
- 87. 妊娠或哺乳期妇女应该避免抗原饮食以防止儿童过敏的发展吗? / 99
- 88. 儿童和孕妇应该避免被动吸烟以降低儿童过敏、气喘或哮喘的风险吗? / 99
- 89. 婴幼儿和学龄前儿童如何避免屋尘螨暴露以降低发展为尘螨过敏和哮喘风险? / 100
- 90. 婴幼儿和学龄前儿童如何避免接触家里的宠物, 以降低发展为过敏或哮喘的风险? / 100
- 91. 如何减少职业性化学物质的暴露从而降低职业性鼻炎和哮喘的风险? / 101

92. 婴幼儿和学龄前儿童如何避免屋尘螨暴露以降低发展为尘螨过敏和哮喘风险? / 101
93. 职业性鼻炎和哮喘患者应立即完全中止或者控制接触职业化学物质吗? / 102
94. 哮喘患者饮食应注意哪些? / 102
95. 春季哮喘吃什么好? / 105
96. 夏季哮喘吃什么好? / 105
97. 秋季哮喘吃什么好? / 105
98. 冬季哮喘吃什么好? / 106
99. 哮喘患者可以喝酒吗? / 106
100. 哮喘患者可以吸烟吗? / 107
101. 哮喘患者可以喝咖啡吗? / 108
102. 哮喘患者可以喝蜂蜜水吗? / 109
103. 哮喘患者可以吃冷饮吗? / 109
104. “蜂蜜可治哮喘”到底对不对? / 110
105. 哮喘患者喝什么花果茶好? / 111
106. 哮喘患者能多食盐吗? / 112
107. 哮喘患者可以吃鱼吗? / 113
108. 哮喘患者可以吃腐乳吗? / 114
109. 哮喘患者可以吃秋梨膏吗? / 114
110. 哮喘患者可以吃萝卜吗? / 114
111. 哮喘患者可以吃豆腐吗? / 114

- 112. 哮喘患者可以吃猕猴桃吗? / 115
- 113. 哮喘患者可以吃火锅吗? / 115
- 114. 哮喘患者可以吃红枣吗? / 115
- 115. 哮喘患者可以吃人参吗? / 116
- 116. 哮喘患者可以吃韭菜吗? / 116
- 117. 哮喘患者可以吃草莓吗? / 116
- 118. 哮喘患者可以吃菠萝吗? / 117
- 119. 哮喘患者可以吃蘑菇吗? / 118
- 120. 哮喘患者如何锻炼身体? / 118
- 121. 哮喘儿童能参加体育活动吗? / 119
- 122. 哮喘患者能游泳吗? / 120
- 123. 冬天哮喘患者锻炼应注意什么? / 121
- 124. 唱歌可预防哮喘吗? / 122
- 125. 哮喘患者家居环境应如何控制? / 122
- 126. 为何说家中引起过敏的主要是尘螨和霉菌? / 124
- 127. 尘螨生长在何处? / 124
- 128. 家庭中怎么除螨? / 125
- 129. 日常生活中如何避免螨虫? / 125
- 130. 霉菌在家庭中生长在什么地方? / 126
- 131. 日常生活中如何避免接触霉菌? / 126
- 132. 哮喘患者可以养狗吗? / 128
- 133. 哮喘患者家里可以养花草吗? / 128