

现代家庭疾病防治手册

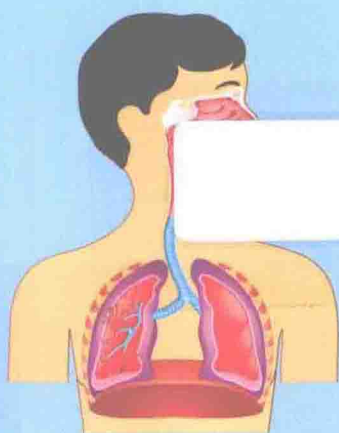
呼吸病

自助防治方案

HUXI BING
ZIZHU FANGZHI FANG'AN



许彦来◎主编



一读知病因 二读悟医道 三读体健康

对症查看 内容直观
简便治疗 安全有效



药物治疗 + 饮食治疗 + 运动治疗
= 简便有效

在日常生活中，全方位指导您通过饮食、运动、药物、养生、情绪调节等方法预防和治理疾病，达到健康长寿、快乐生活的目的。

呼吸病看专家

怎么治、怎么防、怎么有效调养



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

现代家庭疾病防治手册

呼吸病

自助防治方案

HUXI BING
ZIZHU FANGZHI FANG'AN



许彦来◎主编

呼吸病看专家

怎么治、怎么防、怎么有效调养



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

呼吸病自助防治方案 / 许彦来主编. — 北京: 中国人口出版社, 2015. 6

ISBN 978-7-5101-3262-9

I. ①呼… II. ①许… III. ①呼吸系统疾病—防治
IV. ①R56

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 050851 号

呼吸病自助防治方案

许彦来 主编

出版发行	中国人口出版社
印 刷	北京威远印刷有限公司
开 本	710 毫米 × 1000 毫米 1/16
印 张	16.75
字 数	250 千字
版 次	2015 年 6 月第 1 版
印 次	2015 年 6 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5101-3262-9
定 价	32.80 元

社 长	张晓林
网 址	www.rkcbs.net
电子信箱	rkcbs@126.com
总编室电话	(010) 83519392
发行部电话	(010) 83534662
传 真	(010) 83519401
地 址	北京市西城区广安门南街 80 号中加大厦
邮 编	100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

前言

PREFACE



呼吸系统疾病是一种常见病、多发病，主要病变在气管、支气管、肺部及胸腔，病变轻者多咳嗽、胸痛、呼吸受影响，重者呼吸困难、缺氧，甚至呼吸衰竭而影响生命。应当重视的是由于大气污染、吸烟、人口老龄化及其他因素，使慢性支气管炎、肺气肿、肺心病、支气管哮喘、肺癌、肺部弥散性间质纤维化，以及肺部感染等疾病的发病率有增无减。

由于自然环境的恶化，大气污染严重，人们在呼吸时外界环境中的有机或无机粉尘，包括各种微生物、异性蛋白过敏原、尘粒及有害气体等皆可通过呼吸道进入肺部而引起各种病害。其中以肺部感染最为常见，原发性感染以病毒感染为多见，最先出现于上呼吸道，随后可伴发细菌感染、外源性哮喘及外源性变应性肺泡炎；吸入生产性粉尘所致的尘肺，以矽肺、煤矽肺和石棉肺最为多见；吸入水溶性高的二氧化硫、氯、氨等刺激性气体会引发急、慢性呼吸道炎和肺炎。

呼吸系统疾病的发生，除外在致病因素的影响，内在机体因素也起着十分重要的作用。老年人的组织代谢功能减退，支气管周围的弹性纤维网减少，对呼吸道的清洁能力降低，更容易发生感染。另外由于免疫功能减退，周身脏器功能的衰退，如吞咽功能减低，异物不能及时排出而有损呼吸道的通畅；心、肺、脑、肝和肾脏功能减退，都使机体的内在因素发生很大变化而导致感染的发生。由于上述原因，老年人的上呼吸道感染容易转为肺炎。

对于呼吸系统疾病，首先应以预防为主。避免受凉，按时起居，避免劳累过度；保证饮食营养，增强机体素质；减少出入公共场所及与流感患者的接触，降低被感染的机会。其次积极治疗原发病，对已有其他脏器疾病者更应抓紧治疗，并密切观察病情变化。

《呼吸病自助防治方案》选取呼吸系统的常见病、多发病为研究对象。每一疾病基本从概述、诊断、鉴别、药物简便治疗、饮食简便治疗、运动简便治疗和简便预防护理等几大部分概述。内容科学实用，简捷明了，条理清楚，易于掌握。

本书的读者对象主要是患者及其家属和基层医务工作者。

编 者

2015年3月



目 录

CONTENTS



第一章 了解呼吸系统

第一节

肺部生理结构

- 呼吸系统是由哪些部分组成的 002
- 什么是气管-支气管树 003
- 肺结构有什么特点 004
- 支气管管壁的结构有什么特点 005
- 呼吸系统怎样对吸入空气的温度、
湿度进行调节 007
- 什么是黏液纤毛清除系统 008
- 呼吸系统有哪些反射性保护功能
009
- 呼吸系统有哪些免疫功能 010

第二节

临床常见症状

- 什么是发热 013
- 引起发热的病因有哪些 014
- 发热时常见于哪些疾病 014
- 咳嗽的原因有哪些 015
- 引起咳嗽的常见疾病有哪些 016
- 通过哪些检查来诊断咳嗽时的疾
病类型 017
- 咳痰常会伴随哪些疾病 018
- 痰的性状能够反映是什么疾病吗
020

什么是咯血	021
什么是呼吸困难	022
呼吸困难的常见病因是什么	023
何谓胸痛, 胸痛常见于哪些疾病	025

第三节

如何保护我们的肺

怎样尽量避免吸入受污染的空气	027
冬季如何保护呼吸道	029
沙尘天气有什么危害	030
怎样减少沙尘天气对身体的危害	030

吸烟对呼吸系统有哪些损害	031
为什么多采用胸式呼吸和腹式呼吸	032
老年人如何提高肺功能	032
怎样通过步行锻炼改善肺功能	034



第二章

肺部常见病防治

第一节

上呼吸道感染

什么是上呼吸道感染	036
急性上呼吸道感染有哪几种	037
上呼吸道感染与其他类似病的	

区别	038
上呼吸道感染如何对症治疗	038
上呼吸道感染可能出现的并发症	
有哪些	039
如何预防上呼吸道感染	040

第二节

急性气管支气管炎

- 急性气管支气管炎有哪些发病原因
..... 042
- 急性气管支气管炎有哪些临床
表现 042
- 急性气管支气管炎容易与哪些
疾病混淆 043
- 如何治疗急性气管支气管炎 043
- 对急性气管支气管炎认识有哪些
误区 044
- 急性气管支气管炎的饮食治疗原
则是什么 045



第三节

慢性支气管炎

- 什么是慢性支气管炎 046
- 吸烟与慢性支气管炎发病有关吗
..... 047
- 大气污染与慢性支气管炎有什么
关系 047
- 慢性支气管炎有哪些临床表现 049
- 慢性支气管炎胸部X线检查有什么
表现 050
- 慢性支气管炎患者为什么会出现
缺氧 052
- 哪些疾病易与慢性支气管炎相
混淆 053
- 何谓湿化治疗, 适应证有哪些 ... 054



慢性支气管炎在什么情况下需要进行湿化治疗, 应注意什么	055
雾化治疗在慢性支气管炎中的应用及注意事项有哪些	055
常用祛痰药物及注意事项有哪些	057
常用的镇咳药有哪些	058
慢性支气管炎使用镇咳药物应注意哪些问题	060
茶碱类药物的作用及使用注意事项有哪些	061
慢性支气管炎合并感染时常用的抗生素有哪些	062
抗生素有哪些毒副作用	063
控制感染时怎样合理应用抗生素	064

慢性支气管炎缓解期进行哪些治疗	065
慢性支气管炎患者怎样进行康复治疗	066
怎样防止慢性支气管炎病情进展	067
慢性支气管炎患者春季养护方法	068
慢性支气管炎患者夏季养护方法	069
慢性支气管炎患者秋季养护方法	070
慢性支气管炎患者冬季养护方法	071

第四节

肺炎

什么是肺炎	072
肺炎是如何分类的	073





肺炎有哪些诱因	074
肺炎患者应该进行哪些检查	075
支原体肺炎的特点有哪些	076
军团菌肺炎的特点有哪些	077
真菌性肺炎的特点有哪些	077
放射性肺炎的特点有哪些	078
什么是社区获得性肺炎	079
什么是医院获得性肺炎	079
抗生素的应用原则是什么	080
常用抗生素的种类有哪些	081
如何选用抗生素	086
抗生素的常见不良反应有哪些	087
老年人如何预防吸入性肺炎的 发生	088
哪些肺炎患者需要住院治疗	089

肺炎有哪些治疗原则	090
-----------------	-----

对肺炎认识的误区有哪些	091
-------------------	-----

肺炎患者如何做好家庭护理	092
--------------------	-----

第五节

肺 脓 肿

什么是肺脓肿	093
肺脓肿常见临床表现有哪些	095
肺脓肿患者常用哪些辅助检查	095
肺脓肿如何诊断	096
肺脓肿需与哪些疾病相鉴别	097
慢性肺脓肿有什么特点	098
如何治疗肺脓肿	099
如何正确选用抗生素治疗肺脓肿	100
肺脓肿手术治疗的指征有哪些	101



第六节

支气管哮喘

- 什么是支气管哮喘 102
- 儿童哮喘为何那么多 103
- 城市哮喘发病率为何比农村高 105
- 哮喘发作时患者为何喜坐着呼吸 106
- 为什么要做过敏原检查 106
- 常用的过敏原检查有哪些方法 107
- 怎样写哮喘日记 109
- 什么是雾化吸入 110
- 如何使用糖皮质激素治疗哮喘 111
- 如何使用茶碱类药物治疗哮喘 112



- 如何使用 β_2 受体激动剂治疗哮喘 113
- 哮喘患者发作开始时应怎样立即行动 114
- 哮喘患者发作何时应去医院就诊 115
- 家庭中应怎样防螨 116
- 哮喘患者旅游时需注意些什么 117
- 怎样进行呼吸锻炼 118

第七节

支气管扩张

- 什么是支气管扩张 119
- 支气管扩张常与哪些疾病鉴别诊断 120

治疗支气管扩张的主要方法有

哪些 121

支气管扩张的常用检查方法有

哪些 121

引起支气管扩张的因素有哪些 ... 122

体位引流的注意事项有哪些 ... 123



支气管扩张的手术适应证有哪些

..... 123

支气管扩张患者咯血时该怎么治疗

..... 124

支气管扩张患者需要做支气管镜

检查吗 125

支气管扩张患者应该忌食哪些食物

..... 126

支气管扩张患者如何进行食疗 127

第八节

尘 肺

什么是硅尘肺 128

硅尘肺的临床表现有哪些 129

X线表现如何分期 129

治疗硅尘肺有哪些注意事项 ... 130

什么是石棉肺 130

石棉肺应进行哪些辅助检查 ... 131

治疗石棉肺有哪些注意事项 ... 131

什么是煤工肺 132

煤工肺如何治疗 132

常见金属粉尘肺有哪些 133

金属粉尘肺的临床表现有哪些 133

金属粉尘肺X线检查与治疗 ... 134

第九节

肺 气 肿

什么是肺气肿 135

肺气肿对人体有哪些损害 136

肺气肿与哮喘如何鉴别 136

肺气肿的治疗目的与原则有哪些

..... 137

肺气肿患者的药物治疗有哪些 137

肺气肿患者如何应用激素治疗	138
肺气肿患者怎样进行康复治疗	139
肺气肿患者吸氧时应注意什么	139
哪些措施可以预防肺气肿发生、发展	139

第十节

肺 癌

肺癌发病的主要因素有哪些	141
确诊肺癌后患者的生存期有多长	142
老年肺癌患者的首发症状有哪些	143
老年肺癌的肺外表现有哪些	143
怎样才能早期发现、早期诊断肺癌	

肺癌如何分期	144
肺癌的外科治疗适应证	145
肺癌化疗的不良反应有哪些	147
如何防治化疗的不良反应	147
老年肺癌的治疗手段有哪些	148
肺癌患者饮食上注意什么	149



第三章 肺血管性疾病

第一节

肺源性心脏病

什么是肺源性心脏病	152
肺源性心脏病患者为什么会发生腿	

肿等情况	153
慢性肺源性心脏病的临床表现有哪些	153
肺源性心脏病的并发症有哪些	154
肺源性心脏病急性加重期如何治疗	

.....	155
控制心力衰竭的具体治疗方法有	
哪些	156
肺源性心脏病患者怎样进行自我	
调养	157
肺源性心脏病患者的用药注意	
什么	158
慢性肺源性心脏病的疗效标准	160
慢性肺源性心脏病患者的食疗方	
有哪些	160
肺源性心脏病患者容易出现哪些	
心理问题	161
如何做好老年肺源性心脏病患者	
的心理护理	162

第二节

肺 栓 塞

什么是肺栓塞	163
肺栓塞的临床表现有哪些	163
肺栓塞的病因有哪些	164
疑是肺栓塞可做哪些检查	164
肺栓塞有哪些治疗办法	165
呼吸循环支持治疗在肺栓塞治疗	
中有哪些应用	166
溶栓治疗的适应证和禁忌证有哪些	

.....	166
肺栓塞溶栓治疗常用哪些药物	167
肺栓塞如何进行抗凝治疗	167
老年人肺栓塞有何特点	169
预防肺栓塞有哪些措施	170
得了肺栓塞该吃什么好	171

第三节

弥漫性肺泡出血综合征

什么是弥漫性肺泡出血综合征	172
弥漫性肺泡出血综合征如何治疗	
.....	172



什么是特发性肺含铁血黄素沉着症	
.....	173
特发性肺含铁血黄素沉着症的临	
床表现有哪些	173

特发性肺含铁血黄素沉着症应进
行哪些辅助检查 173

特发性肺含铁血黄素沉着症如何
治疗 174



第四章

呼吸道传染性疾病

第一节

流行性感冒

什么是流行性感冒 176

流行性感冒应进行哪些辅助检查
..... 177

流行性感冒如何治疗 177

如何预防流行性感冒 178

流感免疫接种的适应人群有哪些
..... 178

流感疫苗有哪几种，如何选择 179

感冒时存在的误区有哪些 180

得了流行性感冒需要注意什么 181

哪些感冒症状需要警惕 182

感冒后咳嗽持续不愈该如何调养
..... 183

流行性感冒的治疗有哪些 184

流行性感冒的并发症有哪些 185

流行性感冒的预后及预防 186

老年人患流行性感冒会演变成肺
炎吗 187



老年人流行性感冒有什么特点 187

老年人流行性感冒需警惕心肌梗
死吗 188

第二节

人禽流感

- 什么是禽流感 190
- 什么是人禽流感 190
- 人禽流感是怎样传播的 191
- 人禽流感有哪些临床表现 192
- 禽流感病毒对理化因素的抵抗力
 如何 193
- 如何诊断禽流感 193
- 人禽流感应进行哪些辅助检查 194
- 人禽流感如何治疗 194
- 如何预防人禽流感 195



第三节

传染性非典型肺炎

- 什么是传染性非典型肺炎 197
- 传染性非典型肺炎有哪些临床
 表现 198
- 传染性非典型肺炎的诊断标准是
 什么 198
- 传染性非典型肺炎如何治疗 ... 200
- 怎样预防传染性非典型肺炎 ... 202

第四节

肺结核

- 什么是结核病 203



结核菌有哪些主要特点	204
肺结核分几种类型	204
查痰对肺结核的诊治有何价值	206
怎样才能咳出送检合格的痰标本	208
哪些人应该做结核病检查	209
透视拍片各有什么价值	210
结核病有什么特点	212
肺结核患者有哪些早期症状	213
怎样才能早期发现	214
结核病的治疗原则有哪些	215
肺结核常用的化疗方法有哪些	216
服用抗结核药需要注意哪些问题	219

链霉素毒副反应有哪些，怎样 预防	220
肺结核患者怎样进行营养治疗	221
肺结核患者定期复查应注意哪些 问题	223
停止治疗后的肺结核患者应注意 哪些	225
肺结核怎样才算治愈	226
哪些结核病患者需要休息治疗	227
什么是结核病的传染源	227
什么是卡介苗，接种卡介苗有什 么作用	228
一般人群怎样预防肺结核	230
肺结核患者的身体锻炼应注意哪 些问题	231

