

中国农民卫生保健丛书

卫生部、科技部送卫生科普知识下乡工程

# 呼吸系统疾病

主编/肖毅

医生教你  
保健  
预防  
康复



中国协和医科大学出版社

中国农民卫生保健丛书

卫生部、科技部送卫生科普知识下乡工程

# 呼吸系统疾病

肖毅 主编

编者 (按姓氏笔画排序)

王孟昭 张力

肖毅 钟旭

中国协和医科大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

呼吸系统疾病 / 肖毅主编. —北京: 中国协和医科大学出版社, 2007. 5

(中国农民卫生保健丛书)

ISBN 978 - 7 - 81072 - 915 - 4

I. 呼… II. 肖… III. 呼吸系统疾病 - 防治  
IV. R56

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 065797 号

中国农民卫生保健丛书  
呼吸系统疾病

主 编: 肖毅

责任编辑: 吴磊

出版发行: 中国协和医科大学出版社

(北京东单三条九号 邮编 100730 电话 65260378)

网 址: [www.pumcp.com](http://www.pumcp.com)

经 销: 新华书店总店北京发行所

印 刷: 北京丽源印刷厂

开 本: 787 × 1092 毫米 1/32 开

印 张: 3.25

字 数: 53 千字

版 次: 2007 年 5 月第一版 2007 年 5 月第一次印刷

印 数: 1—8000

定 价: 8.00 元

ISBN 978 - 7 - 81072 - 915 - 4/R · 908

(凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页及其他质量问题, 由本社发行部调换)

# 卫生部、科技部送 卫生科普知识下乡工程

## 《中国农民卫生保健丛书》编委会

- 编委会主任：** 祁国明 卫生部科技教育司司长  
李朝晨 科技部政策法规与体制改革司司长  
殷大奎 中国医师协会会长
- 副主任：** 李普 科技部政策法规与体制改革司副司长  
杨镜 中国医师协会常务副会长兼秘书长  
徐桂珍 北京大学医学部教授  
袁钟 中国协和医科大学出版社社长
- 总策划：** 于修成 李永威 王锦倩 陆军  
徐桂珍
- 编委：** (按姓氏笔画排序)
- |     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|
| 于修成 | 王惠珊 | 王锦倩 | 吕姿之 |
| 刘欣燕 | 祁国明 | 李普  | 李永威 |
| 李朝晨 | 杨镜  | 肖毅  | 吴苏伟 |
| 何志新 | 陆军  | 陈伟  | 邵启生 |
| 林琬生 | 钮文异 | 袁钟  | 徐桂珍 |
| 殷大奎 |     |     |     |

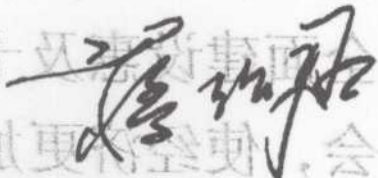
## 序

在一年一度的全国科技周来临之际，“振兴老区、服务三农、科技列车井冈山行”的列车启动了。为了配合这次活动，卫生部和科技部组织专家编写的一套《中国农民卫生保健丛书》也将随着这辆列车送往革命老区。

改革开放以来，农村广大群众的生活有了很大改善，医疗水平有了一定的提高。但是，农村的医疗卫生条件、农民的个人卫生意识与城市相比仍然有很大的差距。农民保健知识十分贫乏，自我保健意识不强。农民因病致贫、因病返贫的现象依然存在，在一定程度上影响了农村经济的发展。党的十六大报告指出，我国城乡二元经济结构还没有改变，地区差距扩大的趋势尚未扭转，贫困人口还为数不少；并提出，我们要在本世纪头二十年，集中力量，全面建设惠及十几亿人口的更高水平的小康社会，使经济更加发展、民主更加健全、科教更

加进步、文化更加繁荣、社会更加和谐、人民生活更加殷实。小康社会的重要标志之一，就是全民健康水平的提高。我国百分之八十的人口在农村，只有农民群众的健康水平提高了，才能进入全面小康社会。

为了提高广大农民的健康水平，科技部政策法规与体制改革司、卫生部科技教育司商定，开展农村卫生科普需求及传播方式研究。自2004年5月科技周以来进行了有代表性的五省区卫生科普调研（以中原地区和少数民族地区的农村、农民、城乡结合部为主）。根据调研的结果，组织专家编写并出版了这套丛书。我相信，这套丛书的出版，一方面会给农民群众带去健康知识和科学的生活理念，从而提高农民群众的防病能力，另一方面会给出版界带来一定的示范效应。我希望有更多的出版社加入到这个行列中来，为农村居民出更多更好的书。

卫生部副部长： 

## 前 言

呼吸系统疾病是危害人民健康的常见病和多发病。在所有疾病中，呼吸系统疾病的发病率在城市占第四位，在农村则占第一位，居我国总人口死亡率的第一位。尽管现在人们在生活水平普遍有所提高，但由于大气污染、吸烟、人口老龄化及其他因素，慢性阻塞性肺病（简称慢阻肺，包括慢性支气管炎、肺气肿、肺心病）、支气管哮喘、肺癌、肺间质纤维化、肺炎、肺结核等呼吸系统疾病的发病率、死亡率有增无减，对人类健康的危害日益严重，如不予控制，日后将更为突出，这就需要广大医务工作者，做好呼吸系统疾病的防治工作，同时需要广大的农村人群了解这些疾病。

本书重点介绍了呼吸系统一些常见病的基本知识以及治疗和预防。希望农民朋友们通过阅读本书，能逐渐减轻或摆脱病痛，不断提高自己的健康水平。

编 者

2007年4月

## 目 录

- 慢性阻塞性肺部疾病 1
- 肺结核 8
- 肺炎 26
- 流感 35
- 阻塞性睡眠呼吸暂停综合征 48
- 哮喘 58
- 气胸 68
- 胸腔积液 76
- 肺癌 84



## 慢性阻塞性肺部疾病

张大爷住在近郊的农村，抽了一辈子烟，是村里有名的老烟枪。最近的十多年，一到冬天，感冒后，张大爷就开始出现咳嗽、咳痰，走起路来呼呼直喘，而且越来越严重。前几年冬天，活动后出现气短，但坐在那里休息一会



儿会好一些。而这几年即使在家里坐着不活动也觉得憋气，嘴唇发紫，喘不过气来，心好像要从嗓子眼里跳出来，肚子也觉得胀，腿和脚有时肿得像面包一样。每年都要在村里卫生所打针吃药，直到来年春天，这些情况才可稍稍缓解一点。卫生所的大夫说他得了“气管炎、肺气肿、肺心病”了。于是，张大爷来到城里的大医院要弄清楚他到底得的是什么病，怎么得的，能不能治好，怎么预防。

### 什么是“慢性阻塞性肺部疾病”？

城里医院的医生告诉他，最近这些年，医生往往把“气管炎、肺气肿、肺心病”统一叫做“慢性阻塞性肺部疾病”，听起来很是严重。它的特点是患者的肺部会渐渐失去功能。得了慢性支气管炎病，患者的气道会肿胀及发炎，并且生出大量粘液。肿胀的组织及粘液会导致呼吸困难，气道也易受感染。肺气肿病患者，肺泡及小支气管受损并失去弹性。当一个肺气肿患者呼气时，废气不能正常呼出体外，而囤积在肺泡中，导致患者很难吸入新鲜空气

(氧气)，也很难呼出废气（二氧化碳）。在肺气肿患者，肺泡周围的血管也可能受损。这也会导致新鲜空气（氧气）无法流入血液，废气（二氧化碳）无法排出体外。大部分的慢性阻塞性肺部疾病，都是因吸烟而引起的。



### 这种病对人有什么影响呢？

慢性阻塞性肺部疾病的症状包括慢性咳嗽及痰的产生，严重者可有呼吸困难、呼吸急促。对一些人，咳嗽及有痰可能是第一种症状，提示他们可能接下来会有气道阻塞及呼吸困难。另一些人，呼吸困难则可能是该疾病的第一症状。患有慢性阻塞性肺部疾病的人，会渐渐失去他们的呼吸功能。急性感染或气候的改变也可能导致他们的症状暂时恶化，有时候还需住院治疗。慢性阻塞性肺部疾病患者一开始会发觉自己爬楼梯或上坡时喘不过气。常常在喘息或咳嗽时，咳出很多粘液。渐渐地，这种喘气的情形会恶化，以致连穿衣、洗澡都成了非常困难的事。他们血液中的含氧量会下降，而二氧化碳会增多，导致疲倦、无法集中

精神，并且使心脏负担加重。承受极大负担的心脏这时便会扩大，脚踝和脚会肿胀，也就是水肿。病情的恶化及肺部功能的丧失是非常缓慢的，因此很多患者只有到了末期才发现自己患有慢性阻塞性肺病。

根据世界卫生组织的估计，慢性阻塞性肺部疾病作为导致“单一死因死亡”的疾病，与艾滋病同列为世界第4、5号夺命杀手（仅次于冠状动脉粥样硬化性心脏病、脑血管疾病及急性呼吸道感染）。在发达国家，如美国，慢性阻塞性肺部疾病是唯一死亡率不断上升的致命疾病，与心脏疾病及中风的死亡率不断下降的趋势形成了强烈的对比。世界卫生组织估计，截至2000年，全球已有2亿7400万人死于慢性阻塞性肺部疾病。世界银行及世界卫生组织在1990进行的一项全球疾病负担调查中，慢性阻塞性肺部疾病排行第12；估计到了2020年，慢性阻塞性肺部疾病的排行将上升至第5位。据世界卫生组织调查，吸二手烟者面临很大的生命危险，特别是长期吸入二手烟的孩子。据世界卫生组织估计，与没有吸烟或没有吸二手烟的人相比，吸入二手烟的成人患有慢性阻塞性肺部疾病的几率高出10%~43%。我

们国家共有 2500 万慢性阻塞性肺部疾病患者，每年由于慢性阻塞性肺部疾病造成的死亡可达 100 万人，致残人数达 500 万~1000 万人。

### 应该怎样治疗呢?

慢性阻塞性肺部疾病的治疗目标应该是防治病因、缓解症状、减慢肺功能衰退、减少急性发作和医院就诊、改善生活质量，突出稳定期的药物治疗，尤其是支气管舒张剂的应用。

稳定期的治疗：以提高机体抗病能力为主。

☞ 预防性用药：支气管舒张药，包括短期按需使用和长期规则使用。① $\beta_2$ 受体激动剂：短效制剂（沙丁胺醇、特布他林）、长效制剂（沙美特罗、福莫特罗）；②抗胆碱能药：异丙托溴铵；③茶碱类：氨茶碱、舒弗美。

☞ 长期家庭氧疗：可提高慢性阻塞性肺部疾病慢性呼吸衰竭的生活质量和生存率。

另外，如患者在急性加重期有感染，需要控制感染，应根据感染的主要致病菌和严重程度，或根据病原菌药敏试验结果选用抗感染药物。轻者可口服，较重患者用肌注或静脉滴注抗生素。对急性发作期患者，在抗感染治疗的同时应用祛痰药及镇咳药物，以改善症状。迁延期患者也应坚持用药以求消除症状。中成药对止咳也有一定效果，对老年体弱、无力咳痰，或痰量较多者，应以祛痰为主，协助排痰，畅通呼吸道。应避免应用强的镇咳剂，如可待因等，以免抑制中枢及加重呼吸道阻塞和产生并发症，导致病情恶化。



### 在生活中应当注意什么呢？

➡ 注意气温变化，防止感冒。在流行性感冒流行季节不到公共场所去，以免感染。一旦被感染，应及时治疗。

➡ 绝对要求戒烟，并动员亲属、同事戒烟，以减少烟雾的吸入。

➡ 经常开窗通风，保持室内空气新鲜，避免吸入煤油、油烟等各种刺激性气体。

适当参加室外活动，如散步、做呼吸操（腹式呼吸和缩唇呼气）等。

生活要有规律，避免过度紧张及疲劳。

应避免接触诱发因素，如吸入花粉、尘螨，及进食鱼、虾、海鲜等。

加强营养，特别是多吃高蛋白饮食。在疾病缓解期可用“扶正固本”的中药或核酪等药物，以提高机体免疫力。

(肖毅)

### 肺 结 核

夜幕已经降临，劳动了一天的村民们都已准备歇息了，喧闹的小村庄也变得安静了。阿牛的一阵阵咳嗽声在宁静的夜空中显得那么刺耳。阿牛最近几个星期以来一直咳嗽得厉害，没日没夜地咳，每天一到下午还发烧，已经到村卫生所看了好几次了，每次都说是感冒，可吃了药也不管事，而且越来越厉害。阿牛的媳妇不放心了，劝阿牛去县里的医院好好看看。

到了县医院，医生让阿牛拍了胸片，还做了些别的检查，最后告诉阿牛，他得的是肺结核，痰里找到了结核杆菌，还指着胸片说肺里都有空洞了，要赶紧到结核病院住院治疗。这可把阿牛一家吓坏了，肺结核不就是“肺癆”吗？老人们说“十癆九死”，这可是不治之症呀！阿牛媳妇当时就吓得哭了起来。医师见状赶紧安慰他们：“别害怕，这都是以前旧社会



的说法了。在医学发达的今天，只要早期发现并及时治疗，结核病不再属于绝症，其治愈率也几乎达到了百分之百。”听到这，阿牛小两口紧揪着的心才放松下来，但很快又皱起了眉头。原来阿牛家家境非常困难，上有老下有小，根本无力支付医药费。

医师得知这一情况，让阿牛一家不用发愁，并告诉他们，现在我国政府重视结核病，实施对结核病的现代免费治疗的策略，以最大限度地发现和治疗结核患者，提高农民的身体健康水平，增强我国劳动人民的素质，努力促进社会的繁荣。2003年年底，国务院办公厅正式下达了全国结核病的防治规划，明确提出了我国结核病治疗的原则是“政府负责，社会参与，部门合作，积极发现和治疗传染性肺结核患者”，对西部和贫困地区的人群给予重点支持，对于没有支付能力的传染性结核患者实行免费治疗。

至此，阿牛总算没了后顾之忧，高高兴兴地去结核病院接受免费住院治疗去了。那肺结核到底是怎么回事，阿牛又是怎么得上肺结核的呢？