



医 患 答 问 丛 书

YI HUAN DAWEN CONGSHU

哮喘

殷凯生

主编

中国健康教育协会医院专业委员会主办

北京医科大学出版社



R562.2-44

Y581:3

医患问答丛书

R562.2-44
Y581:3

哮喘

主 编 殷凯生

副 主 编 朱广家 王 虹

编写人员 (按姓氏笔划排列)

王 虹 王荣珍 刘云霞

朱广家 孙丽华 张德平

季纯珍 殷凯生 徐丽华

蔡亚华 蔡健康

绘 图 李 敏

北京医科大学出版社

XIAO CHUAN

图书在版编目 (CIP) 数据

哮喘/殷凯生主编. - 北京: 北京医科大学出版社,
1999.11

(医患问答丛书)

ISBN 7-81071-042-7

I. 哮… II. 殷… III. 哮喘 - 诊疗 - 问答
IV. R562.2 - 44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 68632 号

北京医科大学出版社出版发行

(100083 北京学院路 38 号 北京医科大学院内)

责任编辑: 赵伯仁

责任校对: 何 力

责任印刷: 张京生

山东省莱芜市印刷厂印刷 新华书店经销

* * *

开本: 787mm×1092mm 1/32 印张: 3 25 字数: 68 千字

2000 年 1 月第 1 版 2000 年 1 月山东第 1 次印刷 印数: 1—20000 册

定价: 5.70 元

《医患问答丛书》编审委员会名单

主任委员 郭子恒

副主任委员 吴明江 李长明 白景玮 杨秉贤

江国柱 尤玉才 杨秉辉 邱大龙

赵 易 孙维佳

委 员 侯培森 张楚南 王文中 颜继红

蔡明哲 马锦玲 王子耀 谷立文

庄鸿娟 刘 立 李秀池 赵伯仁

愿这本书成为您的朋友

(代序)

郭子恒

人们都说，21世纪是预防医学的时代，是自我保健医学的时代，我看，这很有道理。

随着社会的发展，科技和文化的进步，人民生活水平不断提高。伴随着这个变化，影响人们健康的因素也在改变，过去引起人们生病的主要因素来自病菌、病毒和苍蝇、蚊子等这些生物因素，所以，以往人们容易得各种传染性疾病；今天，影响人们健康、造成人们生病的主要因素越来越多地来自于心理因素、社会因素，尤其是来自于人们自己不健康的行为和生活方式，例如吸烟、酗酒、膳食不平衡、活动太少等等，健康教育专家李桢博士指出：诱人的香烟，丰盛的饮食，高级的轿车，蕴藏着危险。就是说这些不健康的行为生活方式等不良因素容易导致冠心病、脑血管病、恶性肿瘤等慢性非传染性疾病的发生。

以往想要健康、不生病，主要靠打预防针、讲究个人卫生、搞好环境卫生等等；今天光做好上述这些方面已不够了，还要改变自己不健康的行为和生活方式，也就是说，要革自己的“命”了，也有人把这个革命叫做“第二次卫生革命”。从影响人类健康的因素变化来划分的话，先是生物因素为主的“环境时代”；后来包括抗生素在内的各类药物陆续发明了，对人类健康产生巨大影响，被称之为“医药时

代”；今天，生活方式成了影响人们健康的主要因素，所以又被称之为“生活方式时代”。

在环境因素为主要的时代，人们讲究个人卫生，搞好环境卫生，消灭致病的生物因素，就可以不生病，得到健康。

在医药因素为主要的时代，“医生 + 药物”就等于人们的健康。

在今天这个生活方式因素为主要的时代，健康的金钥匙就掌握在每个人自己手中，自我保健成了通向健康的必由之路。

自 20 世纪 70 年代开始，世界卫生组织在全世界发动了“2000 年人人享有卫生保健”全球卫生战略。今天世界卫生组织又提出了“21 世纪人人享有卫生保健”的口号。人人享有卫生保健的关键是人人都参与卫生保健。人人学习卫生知识，人人参与卫生保健活动，人人得健康。如何参与卫生保健，就是人人要坚持健康、科学、文明的生活方式。世界卫生组织提出“不吸烟、饮酒适量、平衡膳食、锻炼身体”四大健康生活方式，并提出，只要做到这四点，目前的死亡可以减少 50% 以上，人均期望寿命可以增加 10 岁。

古人就说过：“上工（高明的医生）不治已病，治未病。”预防为主是我国重要的卫生工作方针。预防分为三级预防：一级预防是病因预防，预防和消除致病的危险因素，减少发病；二级预防是治疗预防，有病早诊断、早治疗、早痊愈；三级预防是康复预防，减少伤残、减少痛苦、恢复健康，尽量使病员恢复正常社会生活。

由中国健康教育协会医院健康教育专业委员会组织编写的这一套《医患问答丛书》，贯彻预防为主方针，体现了三级预防的思想。每册围绕一种疾病或一个健康问题，从病

因、治疗、康复几个方面介绍基本知识和方法。

这套书具有很强的科学性、针对性和实用性。每册书的作者都是工作在医疗服务第一线的专家，对该种疾病具有较深的研究和丰富的临床经验，是作者针对病患者关心和应当了解的问题一一详细作答，语言通俗易懂，道理深入浅出，方法具体可行。手中有这样一本书，就等于把医生请到了家，就像是身边有了一位保健医生。

有病早治，无病早防，从这个意义上讲，这套丛书不仅适宜病患者阅读，对于健康的人也一定会是开卷有益的。

与疾病作斗争要有一个科学的态度，要相信科学，用科学知识、方法战胜疾病。千万不可听信伪科学和巫医神汉那些封建的或现代的迷信。这方面的教训是很多的。

愿这本书成为您的朋友！

愿每一位疾病患者早日康复！

祝健康的人更加健康！

1999年10月1日于北京

前 言

支气管哮喘是危害人民健康的常见病，从刚出生的婴儿到年过古稀的老人都可能患上此病。由于哮喘病反复发作，不仅造成患者精神和肉体上的痛苦，对家庭和社会也是一个沉重的负担。

在世界卫生组织（WHO）的《哮喘防治的全球战略》（简称GINA）文件的指导下，近几年来，全国各地“哮喘之家”开展哮喘防治的活动搞得有声有色，受到广大哮喘病人和医护人员们的欢迎。此次中国健康教育协会组织编写《医患问答》系列丛书，必将推动我国医学科普教育工作向纵深发展。其中《哮喘》分册的面世，将给读者一个全新面貌的感受，为哮喘的防治发挥积极的作用。

目 录

主要人物介绍	(1)
--------------	-----

概念与诊断篇

1. 支气管哮喘的基本概念	(2)
2. 哮喘发病机理	(3)
3. 气喘与哮喘病	(4)
4. “只咳不喘”的哮喘	(6)
5. 哮喘不会传染	(7)
6. 哮喘与遗传	(8)
7. 哮喘与鼻炎	(10)
8. 哮喘与“老慢支”的区别	(12)
9. 哮喘与肺癌	(13)
10. 关于过敏原	(15)
11. 春、秋季是哮喘的好发季节	(18)
12. 下半夜容易发作哮喘	(19)
13. 运动与哮喘	(21)
14. 吸烟与哮喘	(24)
15. 饮食与哮喘	(27)
16. 阿司匹林与哮喘	(30)

治疗篇

17. 吸入疗法	(31)
18. 气雾吸入剂的正确使用	(32)
19. “舒喘灵”与“喘康速”气雾剂	(34)

20. “爱喘乐”与“喘康速”气雾剂的优缺点	(36)
21. 储雾罐的作用	(38)
22. 干粉吸入剂与气雾吸入剂	(39)
23. β_2 受体激动剂的副作用	(40)
24. 应用氨茶碱的注意事项	(42)
25. 用糖皮质激素治疗哮喘	(44)
26. 慢性持续性哮喘首选吸入型糖皮质激素	(44)
27. 儿童哮喘也能用吸入型激素	(46)
28. 正确把握吸入激素与 β_2 受体激动剂的应用时机 ..	(47)
29. 吸入糖皮质激素后要漱口	(49)
30. 口服强的松的副作用	(51)
31. 抗菌药物对气道变态反应炎症无效	(52)
32. 哮喘病难以根治	(53)
33. 部分哮喘儿童在发育时期可以自愈	(54)
34. 在家时哮喘发作的应对办法	(56)
35. 哮喘发作必须到医院急诊的几种情况	(60)
36. 哮喘患者作外科手术时的注意事项	(61)
37. 孕妇发作哮喘要正确使用平喘药	(62)
38. 哮喘患者怎样选用降血压药	(63)
39. 哮喘的阶梯式治疗方案	(64)
40. 关于“减敏疗法”	(66)
41. 哮喘病人请使用峰流速仪	(69)
42. “哮喘菌苗”的治疗效果	(71)

预防篇

43. 哮喘缓解期仍应继续用药	(74)
44. 哮喘的“冬病夏治”	(75)
45. 哮喘患者的体育锻炼	(77)

46. 哮喘患者应记“哮喘日记”	(78)
47. 哮喘患者乔迁新居要避免“乐极生忧”	(81)
48. 老年哮喘患者的注意事项	(83)
49. 哮喘反复发作的后果	(84)
50. “哮喘之家”是群防群治的好形式	(86)
后记	(88)

主要人物介绍

郝医生，南京某医院呼吸科主任医师，教授，哮喘病专家，“南京地区哮喘之家”指导委员会委员。

曾育英，女，50岁。某小学教师。

（家庭情况：丈夫，52岁，某化工厂工程师。儿子，25岁，工人。女儿，许菲，22岁，某大学四年级学生。）

许菲，曾育英的女儿。

王强，男，12岁，小学四年级学生。

概念与诊断篇

1. 支气管哮喘的基本概念

曾育英问（以下简称“问”）：我3岁时得了“气管炎”，夜间常常因气喘发作上医院看急诊。12岁后有很多年未发病。前年，一次重感冒后又开始发作气喘。医生诊断我患的是支气管哮喘。请问：支气管哮喘是一种什么样的疾病呢？

郝医生答（以下简称“答”）：支气管哮喘简称哮喘，俗称“气喘病”。它是一种常见的疾病。男女老少都可能患此病，约半数患者在12岁以前首次发病。但近年来医学界已注意到，老年人中患此病的人数也不少。

哮喘病是支气管的一种慢性炎症性疾病。

患者接触（如吸入或食入）外界环境中的过敏原（如尘螨、花粉、霉菌等）后，在体内产生一种特殊的免疫球蛋白E。此时，患者机体已对这种致敏原处于一种“致敏状态”。当同一种过敏原再次进入体内，便可出现气喘症状。

哮喘的主要症状是咳嗽、胸闷和气喘。多数患者哮喘的发作有季节性。气喘症状一般日轻夜重，尤其在下半夜和清晨明显。哮喘症状的另一个特点是反复发作，有明显的缓解期。缓解期的患者与正常人几乎一样。但是，可以在很短的时间内突然出现严重的气喘症状。也有部分哮喘病人表现为顽固性咳嗽，只咳不喘。

近年来，全世界患哮喘的人数在增多，不少国家和地区因哮喘而死亡的人数也呈现逐渐增多的趋势。

目前，哮喘病的防治已受到世界卫生组织（WHO）和各国政府的重视。WHO组织了几十位专家历时数载制定的《哮喘防治的全球战略》的官方文件，已成了世界各国防治哮喘的指南。

2. 哮喘发病机理

问：我爷爷和父亲都患有“气喘病”，为什么我们姐妹三人中她们两个人身体都很好，只有我得了哮喘病？这种病是怎样引起的？是不是“胎里带来的”？

答：哮喘病的发病机理十分复杂，至今还未完全明了。但是，现已明确哮喘的发病与下列因素有关：

（1）遗传倾向：哮喘病与遗传有关。如果父亲或母亲中一方患哮喘或其他过敏性疾病（如过敏性鼻炎），其子女患哮喘的机会比正常家庭的子女多。因此，我们常常可以看到一家几代人中都有哮喘病人的情况。现代医学研究发现，这与人体内第5对染色体上的基因异常有关。

（2）环境因素：接触周围环境中的过敏原与哮喘的发生和发作密切相关。哮喘发病呈季节性或双胞胎中1人患哮喘，另1人却不患哮喘的现象，都提示环境因素在哮喘发病中的重要性。外界环境中的过敏原，例如一种叫做“尘螨”的微小昆虫的排泄物或尸体形成的灰尘被吸入呼吸道，就可引起哮喘病。

（3）触发因素：许多哮喘患者首次哮喘发作与某些触发因素有关，较常见触发哮喘因素如上呼吸道感染、运动

或油漆气味等。较典型的例子是，不少患者某一次上呼吸道感染，经过治疗后热退了，但仍咳嗽，连续咳嗽数月或数年后出现气喘症状。以后，只要一患感冒就会发作气喘。

你的爷爷和父亲都患有哮喘病，我记得你还说过，你小时候“奶癣”很严重，现在同时还患有过敏性鼻炎。因此，你的哮喘病有家族遗传倾向。你在前年再次发作哮喘前有过“重感冒”，这是触发因素。你周围环境中的某些过敏原也可能与你的哮喘发病有关。由于遗传和环境因素都很重要，这也许是你姐妹三人中只有你才患哮喘病的原因。

问：有的医生说我是“过敏体质”。郝医生，请问什么是“过敏体质”？

答：过敏体质是指某些人由于遗传因素，表现为对环境中的多种物质均易产生过敏反应的情况。例如，有些人小时候有“奶癣”，除了支气管哮喘外还患有过敏性鼻炎、过敏性皮炎，对多种药物、食物、花粉、尘螨（一种很小的昆虫）或霉菌均过敏。

过敏体质的人血液中的嗜酸性粒细胞（一种与过敏反应有关的细胞）和一种被称为 IgE 的抗体数量比正常人高。

过敏体质患者的子女比正常人的子女容易形成过敏体质，即可能传给下一代。

3. 气喘与哮喘病

问：每次我的哮喘病发作时都是气喘明显，请问郝医生，哮喘病为什么会出现气喘？

答：大家知道，哮喘最突出的症状就是气喘，至于哮喘

为什么会出现气喘，目前认为主要是由于下面两个原因造成的。

第一个原因就是支气管平滑肌痉挛。支气管平滑肌是环绕支气管壁的肌肉，其收缩与舒张直接影响到支气管内腔的大小。当支气管特别是细小支气管平滑肌收缩时，由于其管壁缺乏像气管或大支气管那样的软骨支撑，支气管壁就会从四周向内收缩，结果导致支气管腔的狭窄，外界的氧气进入肺部受阻，使病人出现胸闷、气喘症状。

第二个原因是支气管内膜的变态反应性炎症。大量的研究表明，哮喘患者的支气管内膜存在明显的炎症，内膜充血、水肿，结果导致管腔的狭窄，氧气进入肺部困难，病人因而出现胸闷和气喘。目前认为，在哮喘病人气喘的原因中，气道炎症可能起着更重要的作用，因而强调抗炎治疗在哮喘治疗中的重要地位。

问：隔壁张大爷原有“冠心病”，上周的一个晚上突然出现气喘，不能平卧，症状同我的一次哮喘严重发作几乎完全一样，但到医院，医生却说他是心脏病引起的“心衰”，而不是哮喘，请问不是哮喘也会出现气喘吗？

答：要回答这个问题，我们首先来看看人为什么会出现气喘。所谓气喘就是我们通常所说的喘不过气，医学上称之为呼吸困难，这是由于外界氧的供给达不到人体对氧气的需要，因而在呼吸时有费力、困难和不舒服的感觉。换句话说，不管什么原因，只要它引起人体的氧气供应不足，就会出现气喘。临床上可以造成呼吸困难的疾病很多，因此，一见有气喘就认为肯定是患了哮喘病，这是一种误解。

问：既然引起气喘的原因很多，那么请问有哪些可引起哮喘疾病呢？

答：可引起气喘的疾病很多，概括起来主要有以下几个方面：

(1) 呼吸道疾病：这是引起气喘最主要的原因，除了支气管哮喘外，支气管炎、肺气肿、严重肺炎、肺不张、肺癌、广泛的肺结核、大量胸水、气胸等均可能因肺的供氧减少而出现气喘。

(2) 心脏疾病：心脏病也是气喘较为常见的原因，冠心病、高血压性心脏病、风湿性心脏病、先天性心脏病等出现心衰时均可能因心脏的泵血功能减退，使血液淤积在肺内，妨碍肺的换气而出现气喘。

(3) 血液病：严重贫血、大量出血等，由于运输氧气的红细胞减少，导致人体重要脏器缺氧，病人出现气喘。

(4) 其他：脑出血、脑外伤、安眠药中毒等，均可能影响大脑的呼吸中枢而出现气喘。

总之，虽然哮喘病是引起气喘的主要原因，但出现气喘的不一定都是哮喘病。一旦病人出现气喘，应及时到医院就诊，以免贻误治疗。

4. “只咳不喘”的哮喘

问：我表姐近4~5年来每到春秋季节就会咳嗽，同时伴有咽痒、流涕和胸闷，她曾奔波于许多中西医院，寻求治疗良方，但用了许多抗菌、消炎、止咳药并无效果，直到最近一位呼吸科专家诊断她是一种特殊类型的哮喘，其实她并没有哮喘病常见的呼吸困难和喘鸣，难道还有只咳不喘的哮