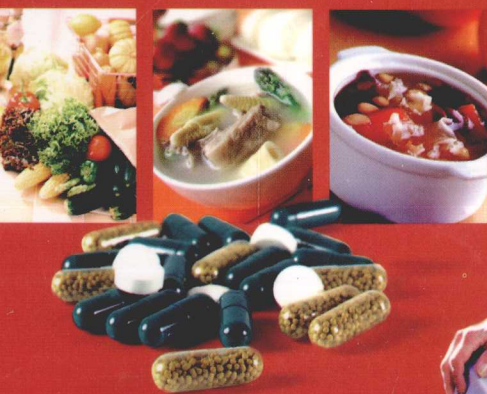


LAONIANREN CHANGJIAN HUXIXITONG JIBING
ZIWO FANGZHI YU TIAOYANG

老年人

常见呼吸系统疾病 自我防治与调养

主编 | 刘海峰 孙立红 刘志敏



军事医学科学出版社

老年人

常见呼吸系统疾病

自我防治与调养

江苏工业学院图书馆

藏书章

主 编

郑海峰

孙立红

刘志敏

副主编

王丽萍

刘姝梅

汪秀芹

杨海涛

赵培革

满小燕

编 委

张秀娟

廉亚曼

祁学文

刘哲慧

俞 博

吴瑞芹

王 宇

张 新

吴冬洁

韩 莉

军事医学科学出版社

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

老年人常见呼吸系统疾病自我防治与调养/刘海峰,孙立红,刘志敏主编.

—北京:军事医学科学出版社,2009.9

ISBN 978-7-80245-356-2

I. 老… II. ①刘… ②孙… ③刘… III. 老年病:呼吸系统疾病—防治
IV. R56

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 158776 号

出 版:军事医学科学出版社

地 址:北京市海淀区太平路 27 号

邮 编:100850

联系电话:发行部:(010)66931051,66931049,81858195

编辑部:(010)66931127,66931039,66931038

传 真:(010)63801284

网 址:<http://www.mmsp.cn>

印 装:三河佳星印装有限公司

发 行:新华书店

开 本:850mm×1168mm 1/32

印 张:8.625

字 数:217 千字

版 次:2009 年 9 月第 1 版

印 次:2009 年 9 月第 1 次

定 价:18.00 元

本社图书凡缺、损、倒、脱页者,本社发行部负责调换



内容提要

全书共分六个部分,内容包括呼吸系统及呼吸常识、呼吸系统常见症状及其处理、呼吸系统常用检查、老年人呼吸系统生理变化及特点、老年人常见呼吸系统疾病的防治与用药选择、日常调养与保健。书中各部分通过问答的形式,以通俗易懂的语言对呼吸系统基本知识和概念,常见病的病因、临床表现、诊断标准、治疗和自我保健知识作了较为详尽的阐述,同时对部分肺部少见疾病作了简单的介绍。适宜老年朋友阅读。通过学习能够提高老年朋友呼吸系统常见疾病的自我保健意识和防病治病的能力。



前言

PREFACE

呼吸系统疾病是严重危害人民健康的常见病、多发病。老年病人随着年龄的增长,人体各器官功能逐渐出现退行性变,尤其是呼吸系统器官退行性变,由此出现肺活量减少,残气量增加,最大通气量明显减少,再加上免疫功能下降、季节变化、寒冷等更易诱发呼吸道感染,如慢性支气管炎发展致肺气肿,甚者发展至呼吸衰竭而危及生命。呼吸系统疾病的防治重在保健,并应在饮食、用药、体育锻炼、心理等各方面加以配合。当今社会越来越向老龄化发展,老年病人逐渐增多,因此普及老年人呼吸系统常见疾病相关知识,使他们树立战胜疾病的信心,提高健康意识,增强自我保健能力显得尤为迫切。因此,作者根据多年从事医疗保健工作的经验,结合老年人生理病理特点,编写了《老年人常见呼吸系统疾病自我防治与调养》一书。本书通过问答的形式重点介绍了呼吸系统常见疾病的概念、病因、临床表现、诊断标准、治疗和自我保健知识,希望通过学习使老年朋友掌握有关的医学知识,提高防病治病的能力,从而达到“有病早治,无病早防”的目的。

本书的出版得益于作者的齐心协力和辛勤的写作。在此,对所有帮助过该书出版的同仁和领导表示衷心的感谢。



目录

CONTENTS

第一部分 呼吸系统及呼吸常识 /1

一、呼吸系统常识 /1

1. 呼吸系统由哪几部分构成? /1
2. 呼吸系统解剖结构是怎样的? /1
3. 什么是支气管树? /2
4. 支气管树有什么功能? /2
5. 为什么异物易坠入右支气管? /3
6. 什么是小支气管? /3
7. 什么是呼吸膜? /3
8. 什么是肺泡? /4
9. 什么是呼吸肌? /4
10. 鼻的功能是什么? /4
11. 什么是固有鼻腔? /5
12. 固有鼻腔黏膜的功能是什么? /5
13. 什么是鼻旁窦? /5
14. 呼吸道黏膜的作用是什么? /5
15. 中医如何认识肺生理功能? /6
16. 老年人呼吸系统生理有哪些变化及特点? /6
17. 呼吸系统有哪些防护结构? /7
18. 呼吸系统有哪些特异性防御机制? /7
19. 吸烟对呼吸系统有哪些危害? /8

20. 电脑危害人的呼吸系统吗? /9

二、呼吸常识 /9

1. 什么是肺活量? /9
2. 如何提高肺活量? /9
3. 锻炼前应该多做深呼吸吗? /11
4. 肺是怎样进行气体交换的? /11
5. 什么是缺氧? /11
6. 如何来判断是否缺氧呢? /12
7. 什么是被动吸烟? /12
8. 冬季要如何保护呼吸道? /12
9. 沙尘天气对呼吸道有什么危害? /13
10. 面对沙尘天气的“骚扰”,应该采取哪些措施来减少风沙对人们的危害? /14
11. 老年人常见呼吸系统的疾病有何特点? /14
12. 鼻塞怎样治疗? /15
13. 什么是胸式呼吸和腹式呼吸? /16
14. 胸、腹式呼吸各有什么临床意义? /17
15. 为什么老年人应多锻炼腹式呼吸? /17
16. 为什么高血压、心血管和脑血管疾病病人应少做深呼吸? /17
17. 什么是通气量? /18
18. 呼吸道传染病的个人防护措施有哪些? /19
19. 为什么易患鼻窦炎? /19
20. 咽部异物感临床表现有哪些? /20
21. 为什么会出现咽部异物感? /20
22. 如何对待咽部异物感? /20
23. 打鼾怎么办? /21
24. 打鼾的一般治疗? /21

- 25. 哪种打鼾有损健康? /21
- 26. 为什么呼吸道传染病常在冬春季发生? /22

第二部分 呼吸系统常见症状及其处理 /24

- 1. 呼吸系统常见症状有哪些? /24
- 2. 何谓发热? /24
- 3. 引起发热的病因有哪些? /25
- 4. 发热的分度? /25
- 5. 何谓热型? 临床上常见的热型有哪些? /25
- 6. 发热伴随下列症状时常见于哪些疾病? /26
- 7. 何谓稽留热? /27
- 8. 何谓弛张热? /27
- 9. 何谓间歇热? /27
- 10. 何谓波状热? /27
- 11. 何谓回归热? /27
- 12. 何谓不规则热? /27
- 13. 老年人发热都需要服用解热药吗? /28
- 14. 西药解热药物有哪些及其特点? /28
- 15. 中药解热药有哪些及其特点? /29
- 16. 何谓咳嗽、咳痰? /29
- 17. 咳嗽的分类? /30
- 18. 引起咳嗽的常见疾病有哪些? /30
- 19. 何谓干咳? 干咳常见于哪些疾病? /31
- 20. 何谓湿性咳嗽? 湿性咳嗽常见于哪些疾病? /31
- 21. 咳嗽的音色与疾病的关系如何? /31
- 22. 痰液的性状与疾病的关系如何? /31
- 23. 咳嗽的性质、节律与疾病的关系如何? /32
- 24. 何谓咯血? /32

25. 咯血量的划分? /33
26. 咯血常见于哪些疾病? /33
27. 咯血的治疗原则是什么? /34
28. 咯血在何种情况下可能出现窒息及出现窒息时如何处理? /34
29. 何谓呼吸困难? /35
30. 引起呼吸困难的疾病有哪些? /35
31. 何谓端坐呼吸? /36
32. 什么是肺源性呼吸困难? 引起肺源性呼吸困难的疾病有哪些? /36
33. 肺源性呼吸困难临床上分为哪几种类型? /36
34. 肺源性呼吸困难的机制是什么? /37
35. 呼吸困难伴随下列症状时常见于哪些疾病? /37
36. 咳嗽的治疗包括哪些? /38
37. 镇咳药怎么分类? /38
38. 有哪些治疗咳痰的方法? /39
39. 呼吸困难处理原则是什么? /39
40. 何谓发绀? /40
41. 中心性发绀常见于哪些疾病? /40
42. 周围性发绀常见于哪些疾病? /41
43. 何谓胸痛? 胸痛常见于哪些疾病? /41
44. 各种疾病的胸痛有何特点? /42
45. 老年人出现胸痛时应考虑哪些疾病? /42
46. 老年人出现胸痛时有哪些处理措施? /43

第三部分 呼吸系统常用的检查 /45

1. 常规检查有什么意义? /45
2. 呼吸系统常用的检查包括哪些? /45

3. 血常规检查包括哪些项目? /45
4. 血常规检查的意义? /46
5. 红细胞计数的正常值及临床意义? /46
6. 白细胞计数的正常值及临床意义? /46
7. 白细胞分类计数的正常值及临床意义? /47
8. 老年血常规变化的特点有哪些? /48
9. 老年人胸部X线检查方法有哪些? /48
10. 胸部X线检查的作用及注意事项? /48
11. 计算机体层摄影(CT)检查对肺胸疾病有何价值? /49
12. 什么是血气分析? /49
13. 肺功能检查包括哪几项? /50
14. 肺功能检查的意义? /51
15. 肺功能检查的注意事项? /51
16. 肺功能检查的禁忌证有哪些? /52
17. 支气管镜检查常用于什么疾病? /52
18. 支气管镜检查的注意事项? /52
19. 支气管镜检查的常见并发症? /53
20. 什么是痰细菌培养及药物敏感性试验? 有何临床意义? /53
21. 磁共振检查对肺胸疾病有何价值? /54
22. 计算机体层摄影检查注意事项? /54
23. 磁共振检查注意事项? /55
24. 痰培养及药敏检查的注意事项? /55
25. 痰涂片检菌的意义? /55
26. 血气分析检查常用于哪些呼吸疾病? /56
27. 胸腔积液检查常规包括哪几项? /56
28. 胸腔积液常规检查的项目和意义? /56
29. B型超声扫描检查常用于哪些呼吸疾病? /57
30. 胸腔穿刺注意事项? /58
31. 什么是痰液的常规检查? /58

32. 什么是放射性核素检查? /58
33. 发射型计算机断层成像检查对肺胸疾病有何价值? /59
34. 什么是肺、胸膜活组织检查? /59
35. 什么是过敏原检查? /60
36. 什么是支气管激发试验? /60
37. 什么是支原体抗体检查? /60
38. 普通感冒需要作哪些检查? /61
39. 慢性支气管炎需要作哪些检查? /61
40. 肺炎一般需要作哪些检查? /61
41. 肺源性心脏病需要作哪些检查? /62
42. 肺脓肿需要作哪些检查? /63
43. 肺结核病需要作哪些检查? /63
44. 肺癌需要作哪些检查? /64
45. 胸腔积液需要作哪些检查? /64
46. 自发性气胸需要作哪些检查? /65
47. 肺气肿需要作哪些检查? /65
48. 支气管哮喘需要作哪些检查? /65
49. 支气管扩张需要作哪些检查? /66
50. 呼吸衰竭需要作哪些检查? /66
51. 肺间质纤维化需要作哪些检查? /67
52. 结节病需要作哪些检查? /67
53. 胸透和胸片的区别? /68

第四部分 老年人呼吸系统生理变化及特点 /69

1. 肺脏在多大年龄发育成熟? 何时开始老化? /69
2. 老年人上呼吸道如何变化? /69
3. 老年人气管、支气管如何变化? /70
4. 老年人呼吸肌如何变化? /70

5. 老年人胸廓有何改变? /70
6. 老年人肺脏如何变化? /71
7. 老年人通气功能有何改变? /71
8. 老年人换气功能有何改变? /71
9. 为什么说老年人呼吸道防御功能下降? /72
10. 老年人呼吸道的免疫功能如何变化? /72
11. 老年人的痰液为什么会增多? /73
12. 老年人呼吸系统特点? /73
13. 老年人为什么容易出现呼吸系统感染? /73
14. 老年人为什么容易发生呼吸系统肿瘤? /73
15. 为什么老年人患呼吸系统疾病症状常不典型? /74
16. 为什么老年人患呼吸系统疾病易延误诊断? /74
17. 为什么老年人患呼吸系统疾病治疗效果及预后均较年轻人差? /74
18. 老年人易患哪些呼吸系统疾病? /74
19. 老年人为什么容易出现呼吸衰竭? /74
20. 为什么长期卧床病人容易发生坠积性肺炎? /75
21. 如何防治坠积性肺炎? /75
22. 为什么脑卒中病人容易反复出现肺部感染且不易控制? /76
23. 老年肺部感染常见致病菌有哪些? /76
24. 药物在老年人体内代谢有何特点? /77
25. 老年呼吸系统感染应用抗生素有哪些注意事项? /77
26. 肺癌的易患人群? /78
27. 提高肺癌5年生存率的关键是什么? /78
28. 如何早期发现肺癌? /78
29. 肺癌的早期症状有哪些? /79
30. 为什么肺癌容易漏诊? /79
31. 老年人咳嗽能否应用止咳药? /80

- 32. 咳嗽对于心脑血管病病人的意义? /80
- 33. 何谓老年肺? /81
- 34. 老年人为什么易患肺气肿? /81
- 35. 老年人气短要注意什么? /82
- 36. 老年慢性呼吸衰竭的临床特点? /82
- 37. 如何能改善老年人肺功能? /83

第五部分 老年人常见呼吸系统疾病的防治与用药选择 /84

一、普通感冒、流行性感冒 /84

- 1. 什么是普通感冒? /84
- 2. 什么是流行性感冒? /84
- 3. 流行性感冒的病因? /84
- 4. 老年人流行性感冒的临床症状及体征? /85
- 5. 老年人流行性感冒的诊断有哪些? /85
- 6. 老年人流行性感冒的鉴别诊断有哪些? /85
- 7. 老年人流行性感冒的治疗有哪些? /86
- 8. 老年人流行性感冒的并发症有哪些? /86
- 9. 老年性流行性感冒的预后及预防? /87
- 10. 老年人患流行性感冒会演变成肺炎吗? /88
- 11. 老年人流行性感冒有什么特点? /88
- 12. 老年人流行性感冒需警惕心肌梗死吗? /89
- 13. 老年人为什么最容易遭受流感病毒侵袭? /90
- 14. 哪些不良生活方式可引起老年人流行性感冒? /90

二、慢性支气管炎 /90

- 1. 慢性支气管炎是怎样一种疾病? /90
- 2. 慢性支气管炎有哪些临床表现? /91
- 3. 慢性支气管炎有哪些并发症? /91

4. 慢性支气管炎如何分型、分期？ /92
5. 吸烟对老年性慢性支气管炎病人有什么危害？ /92
6. 老年性慢性支气管炎与大气污染有关系吗？ /93
7. 老年性慢性支气管炎病人为什么要避免寒冷刺激？ /93
8. 老年性慢性支气管炎与过敏有关吗？ /94
9. 怎样判断慢性支气管炎病情？ /94
10. 怎样训练老年性慢性支气管炎病人正确咳嗽？ /95
11. 老年性慢性支气管炎病人为什么要预防感冒？ /96
12. 老年性慢性支气管炎病人怎样服用氨茶碱？需观察哪些不良反应？ /96
13. 老年性慢性支气管炎病人使用抗生素应注意哪些不良反应？ /97
14. 老年性慢性支气管炎病人怎样饮食调理？ /97
15. 老年性慢性支气管炎急性发作期和慢性迁延期怎样调治？ /98
16. 老年性慢性支气管炎急缓解期怎样调治？ /98
17. 慢性支气管炎病人如何做雾化吸入？ /98
18. 慢性支气管炎病人感冒后怎样饮食调理？ /99
19. 老年性慢性支气管炎病人感冒后可选用哪些单方验方治疗？ /100
20. 何为顺时养生？应遵循哪些原则？ /100
21. 老年性慢性支气管炎病人春季起居保健应注意什么？ /101
22. 老年性慢性支气管炎病人夏季起居保健应注意什么？ /101
23. 老年性慢性支气管炎病人秋季起居保健应注意什么？ /102
24. 老年性慢性支气管炎病人冬季起居保健应注意什么？ /102

三、肺气肿 /103

1. 什么是肺气肿？ /103
2. 肺气肿与慢性支气管炎、慢性阻塞性肺疾病是不是一回事？ /103

3. 肺气肿对人体有哪些损害? /104
4. 为什么肺气肿病人会在冬季加重? /104
5. 为什么肺气肿病人活动后气短加重? /105
6. 肺气肿与哮喘如何鉴别? /105
7. 肺气肿的治疗目的与原则有哪些? /105
8. 肺气肿病人的药物治疗有哪些? /106
9. 肺气肿病人如何应用激素治疗? /106
10. 肺气肿病人怎样进行康复治疗? /107
11. 肺气肿病人怎样进行缩唇呼吸? /107
12. 肺气肿病人吸氧时应注意什么? /107
13. 肺气肿的预后怎样? /108
14. 哪些措施可以预防肺气肿发生、发展? /108
15. 肺气肿的并发症有哪些? /109

四、肺源性心脏病(肺心病) /109

1. 何谓肺心病? /109
2. 何谓急性肺心病? /109
3. 何谓慢性肺心病? /109
4. 慢性肺心病在我国现状如何? /110
5. 从肺部基础疾病发展为肺心病需要多长时间? /110
6. 慢性肺心病的病因有哪些? /110
7. 慢性肺心病的临床表现有哪些? /111
8. 肺心病的并发症有哪些? /111
9. 慢性肺心病急性加重期应如何治疗? /112
10. 慢性肺心病缓解期应如何治疗? /112
11. 祛痰药在肺心病病人的治疗中有哪些作用? /112
12. 肺心病心力衰竭病人应用强心剂的指征是什么? /113
13. 肺心病病人胸部X线表现有哪些特征? /113
14. 肺心病与冠状动脉粥样硬化性心脏病如何鉴别? /113

15. 肺心病病人能进行户外活动吗? /114
16. 肺心病病人怎样进行自我调养? /114
17. 肺心病病人需要限盐饮食吗? /115
18. 肺心病病人的预后如何? /115
19. 如何预防肺心病? /116

五、肺炎 /116

1. 什么是肺炎? /116
2. 病原微生物是怎样引起肺炎的? /116
3. 肺炎如何分类? /117
4. 何谓社区获得性肺炎? /117
5. 何谓医院获得性肺炎? /118
6. 细菌性肺炎有哪些临床症状? /118
7. 肺炎病人病原体检查标本采集应注意什么? /118
8. 重症肺炎的诊断标准有哪些? /119
9. 为何老年人易患肺炎? /119
10. 口咽部细菌寄殖增加对老年人有何影响? /120
11. 老年肺炎的并发症有哪些? /120
12. 细菌性肺炎的治疗原则是什么? /120
13. 肺炎的治疗疗程为多长时间? /120
14. 老年人肺炎有哪些临床特点? /121
15. 老年肺炎的治疗与青年人肺炎有什么不同? /121
16. 老年肺炎一般支持治疗包括哪些? /122
17. 老年肺炎应用抗生素治疗应注意什么? /122
18. 肺炎初始治疗失败的原因有哪些? 如何处理? /123
19. 肺炎链球菌肺炎有什么特点? /123
20. 肺炎支原体肺炎有什么特点? /124
21. 病毒性肺炎有什么特点? /125
22. 肺孢子菌肺炎是怎么回事? /126

23. 人禽流感病毒肺炎的病因和发病机制是什么? /126
24. 人禽流感病毒肺炎的临床表现有哪些? /127
25. 人禽流感病毒肺炎如何治疗? /127

六、呼吸衰竭 /128

1. 什么是呼吸衰竭? /128
2. 呼吸衰竭的病因有哪些? /128
3. 呼吸衰竭如何分类? /129
4. 呼吸衰竭有哪些临床表现? /129
5. 老年人呼吸衰竭发病率高的原因有哪些? /130
6. 老年慢性呼吸衰竭的临床特点有哪些? /131
7. 什么是肺性脑病? /131
8. 呼吸衰竭病人治疗时保持呼吸道通畅的意义和方法? /132
9. 治疗呼吸衰竭时如何应用呼吸兴奋剂? /132
10. 呼吸衰竭的病人发生心律失常的原因有哪些? /132
11. 如何治疗呼吸衰竭引起的心律失常? /133
12. 为何说氧疗是治疗呼吸衰竭的重要手段? /133
13. II型呼吸衰竭的病人为何要控制氧疗? /133
14. 为何慢性呼吸衰竭的病人要长期家庭氧疗? /134
15. 为何呼吸衰竭的病人慎用镇静药? /134
16. 呼吸衰竭能引起多脏器功能衰竭吗? /134
17. 如何治疗急性呼吸衰竭? /135
18. 呼吸衰竭病人应用机械通气的指征有哪些? /135
19. 机械通气治疗有哪些并发症? /135
20. 何谓无创通气? 如何应用? /136
21. 慢性呼吸衰竭病人怎样进行营养支持治疗? /136

七、支气管哮喘 /137

1. 何谓支气管哮喘? /137