

《百姓合理用药一册通晓》丛书

丛书总主编 黄正明 贾万年



中国医药教育协会成人教育委员会 组织编写



慢性咳嗽、咳痰、气短或呼吸困难，您可能患了慢性阻塞性肺疾病。

慢性阻塞性肺疾病应该注意什么？如何用药？什么是长期家庭氧疗？



慢性阻塞性肺疾病

合理用药一册通晓

医学专家为你详细解答

分册主编 侯明晓 马 壮 林育红

慢性阻塞性肺病治疗有技巧，
应“审时度势”“因人而异”，
多种疗法来帮忙！



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

《百姓合理用药一册通晓》丛书

中国医药教育协会成人教育委员会
组织编写



慢性阻塞性肺疾病

合理用药一册通晓

医学专家为你详细解答

丛书总主编 黄正明 贾万年

主 编 侯明晓 马 壮 林育红

副 主 编 郑 岩 张俊丽 刘 蕾

编 者 (以姓氏笔画为序)

马 壮 车向前 刘 蕾 孙 丽

李雪艳 孟威宏 张俊丽 张志远

张丽丽 张 滢 张绍敏 杨晓娜

林育红 郑 岩 侯明晓 赵海涛



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

慢性阻塞性肺疾病合理用药一册通晓 / 侯明晓, 马壮, 林育红主编. —北京: 人民军医出版社, 2015.2

(百姓合理用药一册通晓丛书)

ISBN 978-7-5091-8000-6

I. ①慢… II. ①侯… ②马… ③林… III. ①慢性病—阻塞性肺疾病—用药法
IV. ①R563.905

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 251705 号

策划编辑: 任海霞 文字编辑: 薛 彬 刘新瑞 责任审读: 杜云祥

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市100036信箱188分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300—8201

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 三河市春园印刷有限公司

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 10.5 字数: 176千字

版、印次: 2015年2月第1版第1次印刷

印数: 0001—3500

定价: 28.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

《百姓合理用药一册通晓》丛书分册

总 主 编 黄正明 贾万年

副总主编 王仁杰 高远征 张二明

第一辑

《慢性咽炎合理用药一册通晓》
《慢性肝炎合理用药一册通晓》
《月经病合理用药一册通晓》
《女性更年期合理用药一册通晓》
《性病合理用药一册通晓》
《胃肠道溃疡合理用药一册通晓》
《胆囊炎胆石症合理用药一册通晓》
《癫痫合理用药一册通晓》
《新生儿合理用药一册通晓》
《高血压合理用药一册通晓》
《糖尿病合理用药一册通晓》
《脂肪肝合理用药一册通晓》
《血脂异常合理用药一册通晓》
《睡眠障碍合理用药一册通晓》
《冠心病合理用药一册通晓》
《脱发合理用药一册通晓》
《阴道炎症合理用药一册通晓》
《皮肤病合理用药一册通晓》

第二辑

《脑卒中合理用药一册通晓》
《前列腺病合理用药一册通晓》
《不孕不育合理用药一册通晓》
《肺结核合理用药一册通晓》
《便秘合理用药一册通晓》
《肾盂肾炎合理用药一册通晓》
《痛风合理用药一册通晓》
《类风湿关节炎合理用药一册通晓》
《支气管哮喘合理用药一册通晓》
《慢性支气管炎合理用药一册通晓》
《肿瘤化疗合理用药一册通晓》
《慢性肾病合理用药一册通晓》
《乳腺疾病合理用药一册通晓》
《慢性疼痛合理用药一册通晓》
《男科病合理用药一册通晓》
《慢性鼻炎合理用药一册通晓》
《阿尔茨海默病合理用药一册通晓》
《颈椎病合理用药一册通晓》

内 容 提 要



本书是多位慢性阻塞性肺疾病专家临床经验的结晶。全书共分为 8 章，首先带领读者认识慢性阻塞性肺疾病，并了解其危害性，对慢性阻塞性肺疾病与遗传及环境因素的相关性、自我诊断、鉴别诊断、并发症及合并症进行阐述，对治疗慢性阻塞性肺疾病的西药和中药进行了详细介绍，对非药物疗法，如戒烟、氧疗、肺康复及无创通气等方面的益处及实施方法进行了系统介绍，对诊治方法的进展进行了展望，对慢性阻塞性肺疾病的营养问题及药物和相关装置的使用进行了具体的指导，并给出了相应的患者生活质量评分问卷及相关的健康教育。本书汇聚了最新的研究成果，包含多种具体治疗方法，语言通俗易懂，内容深入浅出，集科学性、实用性、可读性于一体，适合慢性阻塞性肺疾病患者及关心自身及家人健康的读者阅读参考。



从 书 序 言



本书是《百姓合理用药一册通晓》丛书第二辑的一本。该系列丛书是由中国医药教育协会成人教育委员会组织国内众多医药学专家、学者编写的奉献给普通百姓保障健康的一份厚礼。

《百姓合理用药一册通晓》系列丛书第一辑（18本），已于2012年底经人民军医出版社出版，通过全国发行，现已成为百姓防病治病简单易懂的系列读物之一。尤其配合当前在全国开展的“中央财政支持社会组织示范项目——慢病防治健康行”的活动，发挥了非常大的作用，成为大众喜闻乐见的一套丛书，因此，被选定为“慢病防治健康行”活动的推荐用书。

为了满足全国广大民众的需要，在编写出版此套丛书第一辑的基础上，续编《百姓合理用药一册通晓》丛书第二辑（18本），两套丛书基本涵盖了人类常见而多发疾病的合理用药。全套丛书（36本）的特点是以百姓常见疾病为主线，以病论药，合理选用，比较贴近大众，通俗易懂，从多方面、多角度宣传合理用药知识，提高病人自我保健意识，普及基本用药常识。

当前，临床不合理使用药物的现象尤为普遍，虽然国家三令五申地要求临床合理用药，确保患者生命安全，但临床滥用药物，致人损命的现象时有发生，屡禁不止，给国家、社会、家庭、个人带来极大的伤害。在不合理用药现象丛生的今天，编写本套《百姓合理用药一册通晓》系列丛书旨在提高全民合理用药意识，使人人关爱健康，真正做到合理用药从我做起，避免滥用药或乱选药，确保用药安全、有效、简便、经济。

本套《百姓合理用药一册通晓》系列丛书的出版，集参与编写

的医疗和药学专家、学者多年实践经验的总结，具有很强的临床实用性和百姓学习指导性。它不仅是百姓守护健康的家庭必备工具书，也可作为医务工作者和相关专业人员的参考书。在此，中国医药教育协会成人教育委员会向直接参与本套丛书编写和支持出版的各位专家、学者们及相关医药企业和人民军医出版社为此付出的艰辛努力表示衷心的感谢！

黄正明 贾万年

2014年10月于北京



前言



慢性阻塞性肺疾病（简称慢阻肺）是我国的常见病、多发病，患病率在各种疾病中占第 5 位。慢性阻塞性肺疾病同时也是高病死率和致残率的疾病，严重危及广大人民群众的身心健康。慢性阻塞性肺疾病不仅导致呼吸系统病变，还可造成全身各脏器损害，例如心血管系统、肝肾功能，甚至精神异常。由于本病起病隐匿，且与不良的生活习惯相关，慢性阻塞性肺疾病不易引起患者的注意，患者多不能及时就医。即便患者感觉到临床症状，经常自己购买药物或听信偏方、秘方而导致治疗错误，甚至造成继发性损害，给患者个人、家庭乃至社会造成不可估量的损失。

为了防治慢性阻塞性肺疾病，各国政府和医学界进行了大量的研究。仅我国在“七五”“八五”“九五”“十五”“十一五”“十二五”期间均就此问题制定了国家科技攻关课题，为慢性阻塞性肺疾病的防治提供了理论和实践基础。在前期工作的基础上，我们组织了此方面的专家撰写了《慢性阻塞性肺疾病合理用药一册通晓》一书，目的就是指导慢性阻塞性肺疾病患者正确认知疾病，合理选择药物治疗。全书共分为 8 章，从慢性阻塞性肺疾病的流行病学、药物和非药物治疗、防治方法进展、饮食调养、各种药物装置使用和各种问卷及健康教育等方面进行了全面阐述。

慢性阻塞性肺疾病是临床上的复杂疾病，还有很多难点尚未攻克。在本书的编写过程中，虽然我们竭尽所能，但仍难免有遗漏或不足，敬请广大读者批评指正。

编者

2014 年 10 月

目 录 CONTENTS

第 1 章 认识慢性阻塞性肺疾病

第一节 慢性阻塞性肺疾病的流行病学	2
慢性阻塞性肺疾病近在咫尺	2
慢性阻塞性肺疾病患者有多少	4
慢性阻塞性肺疾病危害有多大	7
第二节 慢性阻塞性肺疾病与遗传和环境因素	8
慢性阻塞性肺疾病与吸烟有关系吗	8
慢性阻塞性肺疾病会遗传吗	11
环境及其他因素推波助澜	12
第三节 识别慢性阻塞性肺疾病并不难	15
慢性阻塞性肺疾病的概念	16
慢性阻塞性肺疾病会有哪些表现	16
诊断慢性阻塞性肺疾病的指标	17
严重程度分级	19
慢性阻塞性肺疾病的常见并发症	21
慢性阻塞性肺疾病的常见合并症	21

第 2 章 慢性阻塞性肺疾病治疗药物要明了

第一节 支气管舒张药	24
β_2 肾上腺素能受体激动药	24

抗胆碱能药	28
甲基黄嘌呤类药物	30
第二节 糖皮质激素	30
吸入性糖皮质激素的不良反应	31
念珠菌病	31
第三节 祛痰比镇咳更有益	32
分类及作用机制	32
应用原则及注意事项	33
部分祛痰药说明	34
第四节 免疫调节药	40
多抗甲素	40
干扰素	40
斯奇康	40
乌体林斯	41
卡慢舒	41
兰菌净	41
核酪	41
复可托	42
转移因子	42
泛福舒	43
匹多莫德	43
第五节 其他药物治疗	43
磷酸二酯酶抑制药	43
α_1 抗胰蛋白酶补充疗法	44
疫苗注射少不了	44
抗生素应用需谨慎	44
抗氧化药	45
前列腺素抑制药	45
大环内酯类药物	45
肺泡表面活性物质	46

血管扩张药	46
呼吸兴奋药	46
第六节 中医中药	46
诊断标准	47
辨证论治	47
中医特色疗法	50
辨证调护	51
优化内容	52

第 3 章 非药物治疗很重要

第一节 戒烟	54
吸烟是引起慢性阻塞性肺病的重要危险因素	54
吸烟对肺和全身都有害	54
戒烟对慢性阻塞性肺疾病的病情控制非常重要	55
戒烟的方法	56
如何控制吸烟欲望及处理戒烟过程中的戒断症状	58
第二节 氧疗	59
什么是长期家庭氧疗	59
为什么慢性阻塞性肺病患者要进行长期家庭氧疗	59
长期家庭氧疗的益处	59
长期家庭氧疗的适应证	60
长期家庭氧疗注意事项	61
第三节 肺康复治疗	62
肺康复的含义	62
肺康复治疗对慢性阻塞性肺病患者的益处	62
肺康复治疗的适应证和禁忌证	63
肺康复治疗的时机和疗程	63
肺康复治疗的方式	64
肺康复治疗的常见方法	65

肺康复治疗时患者的日常生活如何安排	68
第四节 无创通气	69
什么是无创通气	69
慢性阻塞性肺疾病患者进行无创通气的适应证	69
无创通气治疗上机前的注意事项	70
无创通气治疗中的注意事项	70
无创通气时呼吸机的管理注意事项	71
无创通气主要并发症的处理	71

第 4 章 防治方法进展

第一节 新疗法	74
干细胞点燃治疗慢性阻塞性肺疾病的新希望	74
经支气管镜肺减容术治疗慢性阻塞性肺疾病	75
新药开发进行中	77
基因检测	81
蛋白质的检测	82
第二节 自我管理	82
休闲、娱乐活动和旅游	82
慢性阻塞性肺疾病患者如何减少心理压力	88

第 5 章 慢性阻塞性肺疾病与饮食调养

第一节 慢性阻塞性肺疾病营养不良发生的原因	102
营养素	102
营养不良对慢性阻塞性肺疾病患者预后的影响	102
慢性阻塞性肺疾病患者营养不良发生机制	104
第二节 营养不良的危害	109
对全身系统的危害	109

营养不良对呼吸系统本身的危害	111
第三节 营养状态如何评价	114
营养和体格检查	114
人体测量法	114
生化检查法	116
肌代谢的观测法	117
免疫学观测法	118
微型营养评估 (minimized assessment, MNA)	118
第四节 营养不良的治疗方法	119
慢性阻塞性肺疾病患者营养不良的发生机制	120
营养支持	121
肠外营养支持	124
肠内营养支持	125
第五节 补充营养时的注意事项	126
忌饱食, 避免加重通气负担	126
忌吃易胀气或不易消化的食物, 造成胃肠功能障碍	127
宜吃营养元素丰富的食物, 防止水、电解质代谢和酸碱平衡紊乱 ...	127
肝功能障碍	128
忌吃过咸、过甜、过酸、过辣的食物	128
宜多食新鲜蔬菜和水果	128
宜少食多餐	128
宜能量充足	129

第 6 章 各种吸入装置的使用

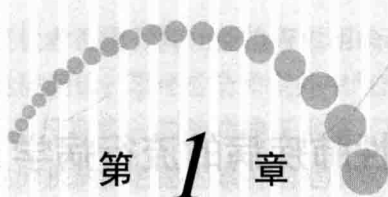
各种吸入装置的使用	131
定量吸入装置 (MDI)	132
干粉吸入剂	132
储雾罐使用方法	136
雾化吸入器	137
如何判定药物是否正确吸入及药物是否用完	138

第 7 章 评价慢性阻塞性肺疾病 患者生活质量常用的问卷及评分

圣乔治呼吸问卷 (SGRQ)	140
生活质量评估问卷 (CAT)	144
BODE 评分	147

第 8 章 慢性阻塞性肺疾病患者的健康教育

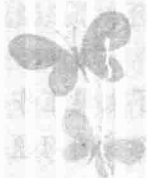
健康教育的方式	150
教育管理具体内容	151
慢性阻塞性肺疾病患者教育管理的长期目标	152
教育管理中需强调的事项	152
参考文献	153



第 1 章

认识慢性阻塞性肺疾病

慢性阻塞性肺疾病（简称慢阻肺）的患病人数多，死亡率高，社会负担重，已成为一个重要的公共卫生问题。近年来慢性阻塞性肺疾病的发病率与死亡率呈逐年上升趋势，故了解和认识慢性阻塞性肺疾病尤其重要。



第一节 慢性阻塞性肺疾病的流行病学

就世界平均水平而言，慢性阻塞性肺疾病（chronic obstructive pulm. nary diseases, COPD）居当前死亡原因的第4位。根据世界银行/世界卫生组织发表的研究结果，至2020年COPD将跃至世界疾病经济负担的第5位。在我国，COPD同样是严重危害人民群众健康的重要慢性呼吸系统疾病。本节就慢性阻塞性肺疾病的流行病学简要介绍。



慢性阻塞性肺疾病近在咫尺

最新的流行病学调查结果显示，在中国，慢性阻塞性肺疾病总的患病率为8.2%，男性患病率明显高于女性（12.4%：5.1%），农村的患病率高于城市（8.8%：7.8%），患病率之高是十分惊人的。

◆ 认识慢性阻塞性肺疾病

慢性支气管炎是指具有咳嗽、咳痰症状，每年至少3个月、连续2年以上，除外其他原因所致的慢性咳嗽者；肺气肿是指终末细支气管远端气腔扩大及肺泡壁破坏者。慢性阻塞性肺疾病与慢性支气管炎和肺气肿密切相关。当慢性支气管炎、肺气肿患者肺功能检查出现气流受限并且不能完全可逆时，则可诊断慢性阻塞性肺疾病；如患者只有慢性支气管炎和（或）肺气肿，而无气流受限，则不能诊断为慢性阻塞性肺疾病，可将具有咳嗽、咳痰症状的慢性支气管炎视为慢性阻塞性肺疾病的高危期。

慢性阻塞性肺疾病是以持续性呼吸困难为主要症状，临床上和肺功能测定中表现出持续性气流阻塞的一组慢性肺部疾病。

吸烟和其他有害颗粒的吸入，例如生物燃料等所致的肺部炎症，是发生慢性阻塞性肺疾病的重要原因。

◆ 加强对慢性阻塞性肺疾病的防治研究

至20世纪70年代以来，我国虽然对慢性支气管炎的防治做了大量工作，但总体而言，在我国慢性阻塞性肺疾病研究领域还存在几个不容忽视的问题：

①以往进行慢性阻塞性肺疾病流行病学研究时是先进行问卷调查，对有咳嗽、咳

痰等有症状者再进行肺功能检查以明确诊断，一部分无症状性慢性阻塞性肺疾病患者可能被漏诊；②对感染和室外空气污染在慢性阻塞性肺疾病发病中的作用研究较少；③没有统一的肺功能正常值，用于诊断的肺功能标准十分混乱；④对慢性阻塞性肺疾病的易感因素特别是吸烟者易患慢性阻塞性肺疾病的遗传学因素了解甚少；⑤应采用何种方法阻止气道阻塞的发展，以及选用哪些药物、什么剂量适用于中国人等均是一个未知数；⑥人群中慢性阻塞性肺疾病诊断不足的情况较为严重。因此，提高对慢性阻塞性肺疾病流行病学等方面的认识，对进一步搞好我国慢性阻塞性肺疾病人群的防治工作意义重大。

其实，慢性阻塞性肺疾病的诊断和治疗并不十分复杂，问题在于长期以来对于慢性阻塞性肺疾病的早期防治缺乏足够的重视，相反把大量的人力、物力、财力用在慢性阻塞性肺疾病的晚期肺源性心脏病的治疗和研究上。实践表明，只有有效地防治慢性阻塞性肺疾病才有可能从根本上控制肺源性心脏病的发生，大幅度地降低肺源性心脏病的患病率。吸烟是引起慢性阻塞性肺疾病的最主要危险因子。如能切实做好禁（戒）烟工作，那么 70% ~ 80% 的人将免于患慢性阻塞性肺疾病，即使已患了慢性阻塞性肺疾病的人戒烟后也可减慢疾病的进展速度。所以，预防慢性阻塞性肺疾病的最简单、最经济、最有效的措施便是切实地做好控烟工作。另外，空气污染的问题如果不从根本上解决，慢性阻塞性肺疾病的防治工作必将会面临更为严峻的局面。

慢性阻塞性肺疾病的发生发展是一个漫长的过程，早期阶段患者可无任何症状，且进展缓慢，因而极易为患者本人、家人、医师所忽略，如能早期发现，并采取有效的防治措施，完全有可能逆转其病变，甚至恢复正常。然而长期以来我们对这部分处于临床前状态的人群没有给予应有的重视，直至他们出现明显的临床症状时方才治疗，已失去治疗的最佳时机。另外，临床医师多满足于对急性加重期的慢性阻塞性肺疾病患者进行治疗，而对缓解期的防治缺乏必要的重视。这样做常常是事倍功半。

钟南山院士在对《中华结核和呼吸杂志》所做的一次专家专访中认为，在慢性阻塞性肺疾病的治疗方面，现有治疗无法改变肺功能的衰减过程，但如果在慢性阻塞性肺疾病的早期就开展积极防治（社区干预）或许有可能改变这种格局。戒烟是迄今预防慢性阻塞性肺疾病发生发展最有效的措施，由于多种原因，我国控烟效果并不理想。我们应与政府卫生部门、教育部门、医务人员、公众媒体和企业单位协作共同努力开展控烟运动。

在药物干预方面，除了 β_2 受体激动药和抗胆碱能药物的推广应用外，应重点弄清茶碱类药物对慢性阻塞性肺疾病患者肺功能的确实疗效，并制订药物对生活