

呼吸系统疾病防治小百科

总主编 高占成

上呼吸道感染

主编 陈燕文 高占成

权威专家
联合奉献

医生常说的“上呼吸道”是指什么？
为什么会经常发生上呼吸道感染？症状
一样怎么病因那么多？季节更替该怎样
防范上呼吸道感染？



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

呼吸系统疾病防治小百科

怎样识别呼吸系统疾病

得了呼吸系统疾病怎么办

环境卫生与呼吸系统疾病

● 上呼吸道感染

肺炎

支气管哮喘

支气管扩张

肺结核

慢性阻塞性肺疾病

肺癌

肺栓塞

间质性肺疾病

呼吸衰竭

肺源性心脏病

打鼾与睡眠呼吸暂停

胸廓、胸膜和纵隔疾病

呼吸系统症状与全身性疾病

策划编辑 吴磊

责任编辑 吴磊 张乃戈

封面设计  李蹊

版式设计 单斯

人卫社官网 www.pmph.com 出版物查询, 在线购书

人卫医学网 www.ipmph.com 医学考试辅导, 医学数据库服务, 医学教育资源,
大众健康资讯

销售分类 / 疾病防治

ISBN 978-7-117-18699-5



9 787117 186995 >

定价: 18.00 元

总主编 高占成

呼吸系统疾病防治小百科

上呼吸道感染

主 编 陈燕文 高占成

副主编 暴 婧

编 委 (按姓氏笔画排序)

王 芳 王克强 闫 涵 刘亚男

许力月 李 冉 李玉茜 李清华

杨冬红 张茉沁 陈 琳 周德训

胡 嫣 席 雯 章亚琼 韩 腾

暴 婧



人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

上呼吸道感染 / 陈燕文, 高占成主编. —北京: 人民卫生出版社, 2014

(呼吸系统疾病防治小百科 / 高占成主编)

ISBN 978-7-117-18699-5

I. ①上… II. ①陈…②高… III. ①呼吸系统疾病 - 防治 - 问题解答 IV. ①R56-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 046156 号

人卫社官网	www.pmph.com	出版物查询, 在线购书
人卫医学网	www.ipmph.com	医学考试辅导, 医学数据库服务, 医学教育资源, 大众健康资讯

版权所有, 侵权必究!

呼吸系统疾病防治小百科
上呼吸道感染

主 编: 陈燕文 高占成

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16 印张: 7

字 数: 101 千字

版 次: 2014 年 11 月第 1 版 2014 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-18699-5/R · 18700

定 价: 18.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

总序

一个健康的人几天不吃东西,甚至不喝水,仍然可以维持生命,但是没有一个人能五分钟不呼吸。没有人可以否认呼吸系统对于维持生命的重要意义。

我们可以选择吃什么样的食物,喝什么样的水,却无法选择自己呼吸什么样的空气。近年来,随着人们生活环境和习惯的改变,呼吸系统的健康问题日益严重。除了令人们谈虎色变的肺癌的发病率不断攀升以外,慢性阻塞性肺疾病、支气管哮喘、肺心病、肺部弥散性间质纤维化以及肺部感染等疾病的发病率、病死率也有增无减。曾经得到控制的肺结核的发病率近年来也有增高的趋势。此外,还有一些新发的呼吸系统急性传染病,比如传染性非典型肺炎、流感大流行、人感染禽流感和中东呼吸综合征等,也都严重威胁着人们的生命健康。然而,人们对呼吸系统的了解以及对呼吸系统健康的重视程度却远远不够。

为此,我们组织国内近二十家医院上百位呼吸科专家,编写了国内首套面向大众系统、全面介绍呼吸系统疾病防治知识的系列丛书——《呼吸系统疾病防治小百科》。丛书共 17 个分册,分别为:《怎样识别呼吸系统疾病》、《得了呼吸系统疾病怎么办》、《环境卫生与呼吸系统疾病》、《上呼吸道感染》、《支气管哮喘》、《慢性阻塞性肺疾病》、《肺结核》、《间质性肺疾病》、《胸廓、胸膜和纵隔疾病》、《肺炎》、《打鼾与睡眠呼吸暂停》、《肺癌》、《呼吸系统症状与全身性疾病》、《支气管扩张》、《呼吸衰竭》、《肺源性心脏病》和《肺栓塞》。

丛书汇集了众多临床专家多年的临床经验,针对大众最关心的问题 and 最需要了解的知识,从不同侧面详细介绍了呼吸系统的基本生理功能、影响呼吸系统健康的因素、常见的呼吸系统疾病症状、呼吸系统疾病常用



的检查和治疗方法,以及各种严重危害生命健康的呼吸系统疾病的发病原因、防治措施等。其中,既有大家熟悉的常见呼吸系统疾病,也有一些大家还不太了解,但危害极大、需要引起重视的疾病和症状。

本套丛书凝聚了国内上百位呼吸与危重症医学科临床一线工作人员的智慧,在保证科学性的基础上,从普通百姓的需求出发,采用问答的形式,以尽量通俗的语言讲解防病、治病的科学知识。

希望这套丛书能够帮助广大读者了解呼吸系统,学会如何维护呼吸系统健康,并能够在出现呼吸系统症状时,正确判断,及时就医,配合医护人员接受规范治疗,早日恢复健康。

每种疾病在每个人身上的表现都会有所不同,人们对疾病的认识也在不断进步。尽管每位编写者在丛书的编写中都付出了辛苦的努力,但书中仍然会有诸多不足之处,希望广大读者能够提出宝贵意见,以便在修订和再版时改进。

高上成

(2014年11月于北京)

前言

上呼吸道感染是临床常见疾病,也是最常见的呼吸道感染性疾病。上呼吸道的解剖范围自外鼻至环状软骨的呼吸道,包括鼻腔、鼻窦、咽(鼻咽、口咽、咽后)、喉,凡是这些部位的感染都属于上呼吸道感染的范畴。因此,上呼吸道感染不是一个疾病诊断,而是一组疾病,包括普通感冒、咽炎、扁桃体炎、喉炎等。

病程上,上呼吸道感染有急性、慢性之分,人们通常所说的“上呼吸道感染”指急性上呼吸道感染。引起上呼吸道感染的病原体以病毒最常见,约占90%,包括鼻病毒、冠状病毒、流感病毒、副流感病毒以及腺病毒、柯萨奇病毒、埃可病毒等;也可见细菌感染,如5%~10%成人咽炎由A型 β 溶血性链球菌引发;真菌、螺旋体引起上呼吸道感染则偶见。

上呼吸道感染在任何年龄阶段都可发病,通常是通过有病毒的飞沫或被污染的用具进行传播,可表现为发热、鼻塞、流涕、咽痛等症状,一般可自愈,但也可继发细菌感染。有基础疾病的人或婴幼儿、老年人、免疫受损的人,疾病常进展迅速,后果严重,甚至会出现多系统合并症,如中耳炎、肺炎、肾小球肾炎、感染性心内膜炎等,极重者可导致脏器功能衰竭、休克甚至死亡。

另外,许多传染病如流感、麻疹、流脑等,初期均可表现为上呼吸道感染症状,但此类疾病传染性强,临床情况可更严重,需要及时识别并给予正确处理。

为了帮助大家更好地认识上呼吸道感染并积极参与急性呼吸道传染病的防治,我们组织相关医务工作者精心编写了这本通俗易懂、内容丰富、图文并茂的科普读物,希望能为提高广大人民群众抗病能力尽绵薄之力。

陈燕文 暴婧

2014年11月

目 录



第一部分 基础知识

1. 上呼吸道包括哪些部位	2
2. 呼吸道有哪些防御功能	2
3. 上呼吸道感染就是“感冒”吗	3
4. 引起上呼吸道感染的病原体有哪些	3
5. 流行性感冒和普通感冒一样吗	3
6. 流感病毒是如何分类的	4
7. 流感的流行强度是怎样划分的	4
8. 流感大流行警告级别是怎么划分的	5
9. 流感大流行的历史事件有哪些	5
10. 什么是禽流感	6
11. 除流感及普通感冒外的常见上呼吸道感染疾病还有哪些	7
12. 上呼吸道感染有传染性吗	8
13. 上呼吸道感染是如何传播的	8
14. 流感的传染源只有流感患者吗	8
15. 流感病毒是如何传播的	9
16. 禽流感的传染源有哪些,通过什么途径传染给人	9
17. 什么是易感人群	10
18. 哪些人属于上呼吸道感染的易感人群	10
19. 为什么人在冬春季节易患上呼吸道感染	11
20. 为什么人在夏季吹空调容易“感冒”	11
21. 为什么有的孩子经常“感冒”	11



22. 为什么有些人平时很注意“少吃多动”,还是容易患上
呼吸道感染 12
23. 哪些人需要特别警惕流感 12



第二部分 上呼吸道感染的临床表现

1. 咳嗽是得了上呼吸道感染的证据吗 13
2. 为什么打喷嚏、流清水鼻涕 1 个月了还不好,是免疫力太低了吗 13
3. 嗓子感觉不舒服,一直清嗓子但没有痰,是患上呼吸道感染了吗 14
4. 为什么患上呼吸道感染后会鼻塞、流涕呢 15
5. 为什么患上呼吸道感染会发热呢 15
6. 自己觉得热就是发热吗 15
7. 为什么发热后吃了医生开的药,体温仍可能继续升高呢 16
8. 有人说发热是机体抵抗细菌、病毒的正常反应,所以不用处理,
对吗 16
9. 感冒发热会烧坏脑子吗 17
10. 一直有些发热,经常咳嗽,感冒药吃了很久,为什么一直不见好 17
11. 咳嗽时怎么区分是上呼吸道感染还是肺炎 18
12. 咳黄痰就不是感冒吗 18
13. 上呼吸道感染会出现呼吸系统以外的表现吗 18



第三部分 上呼吸道感染的诊断与鉴别诊断

1. 如何诊断普通感冒 20
2. 什么情况下应当考虑流感 21
3. 流感确诊的手段有哪些 22
4. 所有怀疑患流感的人都要进行病原学检查吗 22
5. 如何判断重症流感 23
6. 如何确定得了急性病毒性咽炎 23

7. 如何诊断疱疹性咽峡炎	24
8. 如何判断得了急性病毒性喉炎	24
9. 咽结膜热怎么诊断	24
10. 如何判断是否为细菌性咽 - 扁桃体炎	24
11. 扁桃体肿大怎么分度	25
12. 上呼吸道感染和下呼吸道感染有什么区别	25
13. 普通感冒和流行性感有什么区别	26
14. 上呼吸道感染和过敏性鼻炎有什么不同	26
15. 普通感冒与哪些急性传染病的前驱表现一样	26
16. 有急性咽炎的表现需要警惕哪些其他疾病的可能	28
17. 甲型、乙型、丙型流感有什么区别	28
18. 如何知道是否罹患禽流感	28
19. 支原体肺炎与上呼吸道感染有什么不同	29
20. 军团菌肺炎与上呼吸道感染如何鉴别	30
21. 传染性“非典”与上呼吸道感染有什么不同	30
22. 甲型 H1N1 流感是怎么诊断的	31
23. H7N9 型禽流感与常见的流感有什么区别	32



第四部分 上呼吸道感染的临床检查

1. 为何诊断上呼吸道感染需要做那么多检查	34
2. 为何要做血常规检查	35
3. 上呼吸道感染是否一定有血象变化	36
4. C- 反应蛋白是什么	36
5. 检查 C- 反应蛋白有什么意义	36
6. 诊断上呼吸道感染为何要测定 C- 反应蛋白	37
7. 诊断上呼吸道感染为何需留取咽拭子	37
8. 留取咽拭子时需注意哪些问题	38
9. 什么是“感染三项”	38

10. 为什么上呼吸道感染也要做生化检查	39
11. 目前检测流感病毒的方法有哪些	39
12. 什么是病毒核酸检测	40
13. 什么是病毒抗原检测	40
14. 能检测到流感抗体吗	41
15. 上呼吸道感染需行痰涂片检查吗	42
16. 如何鉴别感冒和过敏性鼻炎	42
17. 为什么“感冒”了要做肺功能检查	43
18. 上呼吸道感染需要拍X线胸片吗	44
19. 上呼吸道感染需要做喉镜检查吗	44



第五部分 上呼吸道感染的治疗

1. 上呼吸道感染都需要治疗吗	46
2. 上呼吸道感染的治疗原则是什么	47
3. 上呼吸道感染对症治疗有哪些措施	47
4. 上呼吸道感染是否需要抗菌药物治疗	48
5. 上呼吸道感染患者为什么有时白细胞不高,也要吃抗菌药物	48
6. 上呼吸道感染如何选择抗菌药物	49
7. 可用于上呼吸道感染的抗病毒药物有哪些	50
8. 使用抗病毒药物应注意哪些事项	51
9. 抗病毒药物有哪些不良反应	51
10. 中医对上呼吸道感染有哪些健康指导	52



第六部分 上呼吸道感染的并发症

1. 上呼吸道感染为什么会出现并发症	54
2. 上呼吸道感染的并发症有哪些	54
3. 哪些上呼吸道感染患者出现严重并发症的风险高	55



4. 上呼吸道感染合并急性鼻窦炎有什么特点	56
5. 上呼吸道感染合并急性鼻窦炎时应该怎样治疗	57
6. 上呼吸道感染合并急性鼻窦炎会留下后遗症吗	57
7. 上呼吸道感染可通过什么途径引起急性中耳炎	58
8. 上呼吸道感染合并急性中耳炎时有什么表现	58
9. 上呼吸道感染合并急性中耳炎时应该怎样治疗	58
10. 上呼吸道感染合并急性中耳炎会留下后遗症吗	58
11. 哪些人在患流感时更容易出现并发症	59
12. 流感引起的肺部并发症有哪些	59
13. 原发性流感病毒性肺炎有哪些特点	59
14. 流感继发细菌性肺炎有什么特点	60
15. 流感后的金黄色葡萄球菌肺炎有什么不同之处	60
16. 还有其他哪些病原体可以导致流感后的继发肺炎	61
17. 流感后会出现哪些非感染性肺部并发症	61
18. 流感会引起慢性肺部疾病的急性加重吗	61
19. 流感有哪些肺外并发症	62
20. 什么是 Reye 综合征	62
21. 什么是中毒性休克综合征	62
22. 流感后出现肌肉疼痛需要注意什么	63
23. 横纹肌溶解症应该如何治疗	63
24. 流感会引起精神疾病吗	64
25. 吃退烧药会引起并发症吗	64
26. 如何预防流感并发症	65



第七部分 上呼吸道感染的预后

1. 上呼吸道感染患者的预后如何	66
2. 茶和咖啡对上呼吸道感染有影响吗	66
3. 哪些蔬菜、水果有益于上呼吸道感染恢复	66

4. 吸烟对上呼吸道感染有什么影响 67
5. 所有运动都对上呼吸道感染有好处吗 67
6. 怎样擤鼻涕可避免造成鼻窦炎 67
7. 为什么有些人感冒后会发生长时间咳嗽 68
8. 让好心情帮助战胜上呼吸道感染 68



第八部分 上呼吸道感染相关疾病

1. 什么是心肌炎,与感冒有什么关系 69
2. 咽炎与喉炎是一种病吗 70
3. 为什么小儿患喉炎时症状比成年人严重 70
4. 什么是急性会厌炎 71
5. 什么是慢性咽喉炎 72
6. 什么是风湿热,与咽喉炎有什么关系 72
7. 什么是疱疹性咽峡炎 73
8. 手足口病是什么病,与疱疹性咽峡炎有什么关系 73
9. 急性链球菌感染后肾小球肾炎是什么病,与上呼吸道感染有什么关系 74
10. 上呼吸道感染后急性肾小球肾炎有哪些表现 75
11. 上呼吸道感染后急性肾小球肾炎患者需要注意些什么 76
12. 上呼吸道感染与哮喘发作或加重有关系吗 76
13. 糖尿病患者更容易患上呼吸道感染吗,为什么 77
14. 糖尿病患者选择感冒药时需要注意些什么 78
15. 什么是亚急性甲状腺炎,上呼吸道感染与其发病相关吗 78
16. 上呼吸道感染与免疫缺陷疾病有关系吗 79



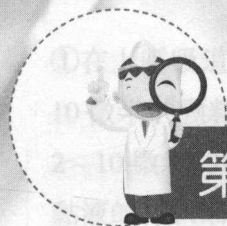
第九部分 上呼吸道感染的预防

1. 什么季节应特别注意预防上呼吸道感染 80



2. 哪些人罹患上呼吸道感染危害极大	80
3. 日常生活中应如何预防上呼吸道感染	80
4. 咳嗽或打喷嚏的正确姿势是怎样的	81
5. 冬季应该开窗通风吗	81
6. 夏季应如何科学使用空调	82
7. 如何洗手	83
8. 如何选择合适的口罩	84
9. 如何正确佩戴口罩才能有效防病	84
10. 用醋熏屋子真的能预防感冒吗	85
11. 生活中预防流感如何选用消毒剂	86
12. 家庭成员罹患感冒时,其他成员应如何预防	86
13. 经常出差或去外地旅游,如何预防上呼吸道感染	86
14. 流感流行期间应如何注意饮食	87
15. 为什么烹饪中要将生、熟食品分开	87
16. 为什么建议多进食水果、蔬菜	88
17. 吃家禽、猪肉等安全吗	89
18. 预防性应用抗菌药物、维生素可以减少上呼吸道感染吗	89
19. 中药可以预防上呼吸道感染吗	90
20. 上呼吸道感染需要通过吃抗病毒药物预防吗	90
21. 体育锻炼对预防上呼吸道感染有益吗	90
22. 体育锻炼过程中如何预防上呼吸道感染的发生	91
23. 患上呼吸道感染时能进行体育锻炼吗	92
24. 接种疫苗可以百分之百预防上呼吸道感染吗	92
25. 什么样的人需要接种流感疫苗	93
26. 什么样的人不能接种流感疫苗	93
27. 接种疫苗有何好处和坏处	93
28. 流感疫苗应该在什么时候接种	94

让回家休息,连药都不开呢?为什么明明已经注射过流感疫苗了还会得“感冒”呢?怎么做才能预防“感冒”的发生呢?接下来我们将



第一部分 基础知识

小马今年21岁,是一名整天坐在办公室工作的白领。最近因为公司承办了一项新的业务,为了完成项目设计,小马每天都在公司里面废寝忘食地加班。虽然已经到了秋天,但是天气依然很热,小马工作时喜欢把冷气开得足足的。这两天不知道为什么,小马总是觉得头晕乎乎的,浑身没有力气,还流清鼻涕,嗓子也总感觉干干痒痒的。今天早晨起床后小马觉得鼻涕比之前少了一些,头昏、没劲儿的症状却更加严重了,还出现了轻微的咳嗽,但是没有什么痰,量体温发现体温竟然升到了 37.5°C 。小马害怕病情再加重会影响工作,正好赶上今天是星期六,于是他赶忙来到医院看病。医生详细询问了小马的病情,并且给小马看了看喉咙,听了听心肺,开了验血和照胸片的单子。做完检查后,医生告诉小马,他的咽部有些发红,心肺没有听到什么异常,血常规和X线胸片的检查结果都是正常的,考虑是上呼吸道感染,建议小马回家注意休息、多饮水,没有开什么药。小马觉得很理解,既然是“感染”,为什么不给开抗感染的药呢?小马要求医生给他开一些抗生素,医生解释说根据小马的情况,考虑病毒感染可能性大,治疗上以对症、休息为主,不需要使用抗生素。小马还是很不服气,既然是病毒感染,为什么不给开一些抗病毒的药物呢?还有一点小马不明白,1个月前公司组织注射流感疫苗的时候,小马也报名注射了,为什么还会得上呼吸道感染呢?难道是疫苗没有起效吗?

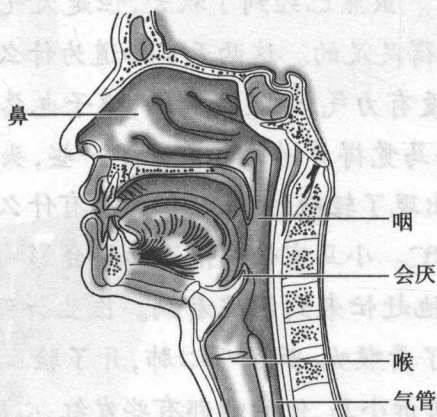
上呼吸道感染,俗称“感冒”,是很常见的疾病。但是好端端的,为什么每年总有那么多人会得上呼吸道感染呢?究竟是什么引起的呢?为什么对于“感冒”的患者,有时候医生很重视,有时候却只是让回家休息,连药都不开呢?为什么明明已经注射过流感疫苗了还会得“感冒”呢?怎么做才能预防“感冒”的发生呢?接下来我们将

为您一一解答。



1. 上呼吸道包括哪些部位

呼吸道被人为地分为上、下呼吸道,从鼻腔开始到环状软骨为上呼吸道,主要包括鼻、鼻窦、咽、咽鼓管、会厌及喉等。



2. 呼吸道有哪些防御功能

成年人每天约吸入空气 2000 升,以满足机体代谢对气体交换的需要。这些空气中可能含有大量微生物、有害的粉末或毒物,这些可成为肺部炎症、肿瘤及全身性疾病的诱因。所幸健康人的呼吸系统具有十分完备的防御机制,可以保护人体免受侵害或使损害降至最低限度。

(1) 加温、湿润作用:一般情况下,外界空气的温度和湿度都低于肺,由于鼻、咽黏膜有丰富的血流,并有黏液腺分泌黏液,可以对吸入的气体进行加温和湿化。呼吸道的这种空气调节功能对肺组织有重要的保护作用。经气管插管呼吸的患者失去了呼吸道的空气调节功能,呼吸道上皮、纤毛及腺体往往容易受到损伤。

(2) 过滤、清洁作用:呼吸道有各种不同的机制防止异物到达肺泡。



①在上呼吸道,鼻毛可以阻挡较大的颗粒进入,而随气流进入的直径大于10微米的颗粒大部分被黏附于鼻中隔和鼻甲大面积的黏膜上;②直径在2~10微米的颗粒可通过鼻腔进入下呼吸道,但下呼吸道管壁黏膜有分泌黏液的杯状细胞和纤毛上皮细胞,通过纤毛有力、协调和有节奏地摆动,可将黏液层和附着于其上的颗粒向喉咽方向移动,这些颗粒到达咽部后,或被吞咽或被咳出;③直径小于2微米的小颗粒可以进入呼吸性细支气管、肺泡管和肺泡,存在于这些部位的巨噬细胞可以吞噬这些被吸入的颗粒和细菌,然后带着它们向外游走到细支气管壁上的黏液层,而随黏液排出。

此外,呼吸道分泌物中还含有免疫球蛋白和其他物质,有助于防止感染和维持黏膜的完整性。



3. 上呼吸道感染就是“感冒”吗

上呼吸道感染(简称“上感”)是人类最常见的一种疾病,是鼻、咽和喉部急性炎症的总称,包括普通感冒、急性咽喉炎、咽-结合膜热、疱疹性咽峡炎、扁桃体炎等。我们平时所说的普通感冒,俗称“伤风”,又称急性鼻炎或上呼吸道卡他,是上呼吸道感染中的一种。



4. 引起上呼吸道感染的病原体有哪些

引起上呼吸道感染的病原体主要是病毒,其他还有细菌、不典型病原体、立克次体等。上呼吸道感染70%~80%是由病毒感染引起的,仅有20%~30%的上呼吸道感染是由细菌或其他病原体所致。常见的病毒有副流感病毒、鼻病毒、腺病毒、柯萨奇病毒等;细菌感染以甲型溶血性链球菌最为多见,其次为流感嗜血杆菌、肺炎链球菌、葡萄球菌等。



5. 流行性感冒和普通感冒一样吗

流行性感冒(流感)和普通感冒虽然都是由病毒感染呼吸道引起的,但