

主编 陈育智 刘传合

第2版

儿童哮喘



问答



人民卫生出版社

第2版

儿童哮喘

问答

主 编 陈育智 刘传合

编写人员 (以姓氏笔画为序)

马 煜	朱春梅	李 硕	李志英
沙 莉	宋 欣	陈 超	罗雁青
赵 京	曹 玲	康小会	邵明军



人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

儿童哮喘问答 / 陈育智, 刘传合主编. —2 版. —北京: 人民卫生出版社, 2017

ISBN 978-7-117-25589-9

I. ①儿… II. ①陈…②刘… III. ①小儿疾病-哮喘-诊疗-问题解答 IV. ①R725.6-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 285893 号

人卫智网 www.ipmph.com 医学教育、学术、考试、健康,
购书智慧智能综合服务平台
人卫官网 www.pmph.com 人卫官方资讯发布平台

版权所有, 侵权必究!

儿童哮喘问答
第 2 版

主 编: 陈育智 刘传合

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: 三河市博文印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850 × 1168 1/32 印张: 4

字 数: 104 千字

版 次: 2009 年 1 月第 1 版 2018 年 1 月第 2 版

2018 年 1 月第 2 版第 1 次印刷 (总第 4 次印刷)

标准书号: ISBN 978-7-117-25589-9/R · 25590

定 价: 16.00 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)

前言

支气管哮喘(简称哮喘)是最常见的慢性气道疾病之一,可影响所有年龄人群,目前全球已有3亿哮喘患者,其患病率仍在上升。近一半哮喘患者其症状起始于儿童时期,且常为儿童早期。支气管哮喘已成为严重的公共卫生问题,从而引起了各国卫生部门和公众的关注。

近年全国儿童哮喘协作组完成的第三次全国城市儿童哮喘流行病学调查结果显示,我国14岁以下儿童哮喘患病率已从1990年的1.09%上升到3.02%,个别城市高达7.57%。哮喘已成为我国儿童时期最常见的慢性呼吸系统疾病。支气管哮喘发作时可危及生命,其反复发作严重影响儿童的学习和生活,成为造成儿童缺课,体育和家庭活动减少,影响家庭成员工作的重要原因,部分儿童哮喘延续到成年,进而影响其就业和工作。

所幸的是,医学科学的发展已使我们对支气管哮喘发生和发展的规律有了充分了解,虽然暂时我们还不能很快将其治愈,但完全可以对其进行有效的管理,使绝大部分患儿达到良好控制,

可正常学习,正常参加体育锻炼和各种活动,像正常人一样快乐生活。

多年来,首都儿科研究所哮喘防治与教育中心始终坚持在我国推行全球哮喘防治指南,取得了丰富的哮喘诊治经验。根据二十余年临床实践中遇到的令患儿家长困惑的问题而编写了本书,希望能够帮助家长及患儿全面认识支气管哮喘这一疾病,指导日常生活,有效进行预防和监测,以及发作后如何进行急救或进行家庭治疗,从而避免和减少急性发作,减少对正常生活和学习的干扰,充分享受美好生活。

本书中的蚕丝过敏、如何诊断及预防等内容由北京协和医院变态反应科文昭明教授提供,在此谨表深切谢意。为了提高本书的质量,以供再版时修改,本书出版之际,恳切希望广大读者在阅读过程中不吝赐教,欢迎发送邮件至邮箱 renweifuer@pmph.com,或扫描封底二维码,关注“人卫儿科”,对我们的工作予以批评指正,以期再版修订时进一步完善,更好地为大家服务。

陈育智 刘传合

首都儿科研究所哮喘防治与教育中心

2017年12月

目 录

第一章 哮喘的定义及发病情况	1
1. 什么是哮喘	1
2. 什么是变态(过敏)反应	2
3. 世界哮喘患病情况	2
4. 中国儿童哮喘患病状况	3
5. 什么人易患哮喘	4
第二章 哮喘的病因及诱因	5
6. 儿童哮喘的病因有哪些	5
7. 哮喘与感染有关吗	5
8. 哮喘与过敏有关吗	6
9. 引起哮喘发作的诱因有哪些	6
10. 环境与哮喘发作有关吗	7
11. 家居环境控制对减轻过敏有 帮助吗	7
12. 哮喘患儿日常生活中要注意 哪些情况	8

13. 打扫居家卫生的注意事项	9
14. 哮喘遗传吗	9
15. 患儿夜间发作怎么办	10
16. 哮喘会影响孩子发育吗	10
17. 哮喘患儿能正常上学吗	11
18. 哮喘患儿的家长可以吸烟吗	11
19. 哮喘患儿家里可以养小动物吗	11
20. 食物可以引起哮喘吗	12
21. 哮喘儿童饮食受限吗	12
22. 小儿哮喘饮食原则	13
23. 哮喘患者能喝冷饮吗	13
24. 药物可以引起哮喘发作吗	13
25. 如何知道孩子患有支气管哮喘、变应性鼻炎	14
26. 儿童过敏是如何形成的	14
27. 有过敏家族史的儿童更容易发生过敏吗	15
28. 常见的过敏症状有哪些	15
29. 过敏儿童的家庭护理如何进行	15
30. 为什么要尽早进行过敏原检查	16
31. 如何诊断过敏	17
32. 什么是皮肤过敏原检查	17
33. 血清过敏原特异性 IgE 测定 (CAP)	18
34. 如何看懂过敏原报告结果	18
35. 如果查出孩子确实有过敏原,应如何处理	19
36. 孩子查出过敏应如何处理	20
37. 什么是尘螨	20

38. 尘螨与哮喘的关系	20
39. 如何避免尘螨以减少哮喘发作	21
40. 不可能将尘螨水平降为零,控制它还有意义吗	22
41. 地毯引起过敏的过敏原是什么	23
42. 为什么不主张哮喘患儿家中铺地毯	23
43. 什么是霉菌	23
44. 家庭中哪些地方容易有霉菌	24
45. 如何避免霉菌诱发过敏	24
46. 如何预防蟑螂诱发过敏	25
47. 常见的引起花粉过敏的花粉有哪些	26
48. 花粉过敏症有哪些表现	26
49. 如何预防花粉过敏症	26
50. 蚕丝过敏如何诊断	27
51. 如何预防蚕丝诱发过敏	27
52. 什么是雾霾	28
53. 空气质量指数不同级别对人体健康状况的影响	28
54. 雾霾天应采取哪些措施预防儿童哮喘	29
 第三章 哮喘的临床表现及诊断	 31
55. 常见哮喘有几种	31
56. 什么是咳嗽变异性哮喘	31
57. 什么是运动性哮喘	32
58. 儿童哮喘有何特点	32
59. 为何儿童哮喘常被忽视	33
60. 儿童哪些喘息高度提示哮喘	33

61. 哮喘预测指数	34
62. 如何知道孩子哮喘发作	34
63. 哮喘发作有规律吗	34
64. 哮喘发作与季节有关吗	35
65. 哮喘发作表现相同吗	35
66. 怎样判断哮喘病情的严重程度	36
67. 哮喘急性发作有哪些原因	36
68. 什么是哮喘严重急性发作	37
69. 哮喘常有哪些伴随症状	38
 第四章 哮喘的治疗	 39
70. 哮喘的治疗原则是什么	39
71. 怎样评价哮喘的控制水平	41
72. 哮喘的长期治疗目标是什么	41
73. 什么是哮喘的完全控制	42
74. 什么是哮喘的升级治疗	42
75. 什么是哮喘的降级治疗	42
76. 什么时候可以减停哮喘预防药物	42
77. 什么是哮喘急性发作或加重的治疗	43
78. 糖皮质激素吸入治疗的好处及安全性	44
79. 哮喘不发作还需治疗吗	45
80. 哮喘患者为什么用吸入激素(丙酸氟替卡松吸入 气雾剂、布地奈德气雾剂、丙酸倍氯米 松气雾剂)	45
81. 什么是吸入治疗方法	46

82. 碟式准纳器(沙美特罗替卡松干粉剂)的使用 方法	46
83. 都保装置类药物(布地奈德福莫特罗粉吸入剂、 布地奈德粉吸入剂、富马酸福莫特罗粉吸入剂) 的使用方法	48
84. 定量吸入气雾剂(pMDI)的使用方法	49
85. 吸入激素(丙酸氟替卡松吸入气雾剂、布地奈德 气雾剂、丙酸倍氯米松气雾剂)有不良反应吗	50
86. 什么是白三烯受体拮抗剂	51
87. 孟鲁司特钠的适应证是什么	51
88. 孟鲁司特钠能减少激素的剂量吗	51
89. 孟鲁司特钠一共有几种剂型,能用 10mg 掰半儿 代替 5mg 服用吗	51
90. 孟鲁司特钠的安全性怎样	52
91. 服用孟鲁司特钠的疗程是多长时间	52
92. 吸入抗胆碱能药物	52
93. 茶碱	53
94. 长效口服 β_2 受体激动剂	53
95. 哮喘治疗中有哪些误区	53
96. 哮喘可以治愈吗	54
97. 儿童过了青春期后哮喘就会好吗	54
98. 儿童哮喘不及时治疗会产生什么后果	55
99. 孩子患了哮喘家长怎么办	55

第五章 哮喘的监测	57
100. 哮喘儿童常需做哪些检查	57
101. 哮喘对心肺功能有损害吗	57
102. 哮喘儿童为什么要做肺功能检查	58
103. 什么是峰流速	58
104. 如何测定呼气峰流速值	58
105. 为什么要使用峰流速仪	59
106. 为什么一些患儿在测峰流速后,医师仍要求做 肺功能检查	60
107. 我需要一个峰流速仪吗	60
108. 怎样依据峰流速值来调整用药	61
109. 哮喘自我监测工具(ACT)的使用方法和意义	62
110. 为什么要写哮喘日记,如何写	65
111. 过敏性疾病如何进行自我评测	65
112. 哮喘患儿外出旅行应注意什么	68
113. 为什么哮喘患者即使在缓解期亦应定期复查	69
114. 什么是皮肤过敏原点刺试验	69
115. 做皮肤过敏原点刺试验需要注意哪些问题	70
第六章 变应性鼻炎与哮喘	71
116. 什么是变应性鼻炎	71
117. 引起变应性鼻炎的原因有哪些	71
118. 变应性鼻炎的症状是什么,有哪些影响,会产生哪些 并发症	72
119. 变应性鼻炎有几类	72

140. 变应性鼻炎和哮喘相关吗	86
141. 变应性鼻炎(过敏性鼻炎)的表现有哪些	86
142. 什么是阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征	87
143. 什么是睡眠呼吸监测	87
144. 哮喘患儿夜间打鼾需要重视吗	88
第九章 过敏性疾病的免疫治疗(脱敏治疗)	89
145. 如何有效治疗儿童过敏性疾病	89
146. 什么是脱敏治疗	90
147. 脱敏治疗适用于哪些患者	90
148. 什么情况下建议患者进行脱敏治疗	90
149. 皮下注射脱敏治疗的疗程是多长	91
150. 在哪里可进行皮下注射的脱敏治疗	91
151. 脱敏治疗的疗效怎样	91
152. 成功的脱敏治疗能够为孩子带来什么益处	92
153. 成功的脱敏治疗取决于哪些因素	92
154. 脱敏治疗有不良反应吗	94
155. 脱敏治疗期间需要使用其他治疗哮喘或 鼻炎的药物吗	94
156. 什么是屋尘螨变应原制剂,应如何使用	94
157. 什么是畅迪	96
158. 儿童如何使用畅迪进行脱敏治疗	96
159. 使用畅迪进行脱敏治疗需要多长时间	96
160. 如何安全有效地使用畅迪	97

第十章 与哮喘相关的组织及活动介绍	99
161. 什么是“哮喘之家”	99
162. 什么是世界哮喘日	99
163. 什么是世界过敏日	102
164. 全球哮喘防治倡议(GINA)	102
165. 变应性鼻炎及其对哮喘的影响(ARIA)	103
166. 亚太儿科过敏反应、呼吸与免疫学会 (APAPARI)	104
167. 全国儿科哮喘协作组	105
168. 全球防治慢性呼吸疾病联盟(GARD)	106
169. 中国哮喘联盟	107
170. 北京联众过敏与哮喘健康促进中心	108



第一章

哮喘的定义 及发病情况

① 1. 什么是哮喘 ···

哮喘是支气管哮喘的简称,是一种常见的气道慢性炎症性疾病。它不同于一般的细菌、病毒等感染引起的炎症,而是一种非特异性的炎症,多数患者是过敏性炎症(也称之为变态反应性炎症),气道炎症会引起气道反应性增高。正常健康人在吸气时,气体通过口鼻腔到喉、气管、支气管,不会出现不适感。而哮喘患者由于气道反应性增高,对外界的刺激变得十分敏感,当哮喘患者遇到刺激(如冷空气、气候变化、吸入花粉、屋尘、尘螨、霉菌或动物皮毛等)时则引起气道收缩、狭窄,呼吸道管腔变小,则出现呼吸不畅,胸闷、憋气,咳嗽、喘息、呼吸困难等情况(医学上称之为气道阻塞症状),以上症状可轻、可重,常反复出现,从而使患者无法进行正常的运动或体力活动。哮喘严重发作时,由于气道严重阻塞,人体极容易出现缺氧的症状,如果得不到及时的救

治可威胁患者的生命。但总体而言,以上症状经过恰当、系统的治疗,绝大多数患者不仅发作次数减少,且发作的严重程度也会减轻;如果能够完全遵照医嘱积极配合长期的治疗,大多数患者可以得到长期很好的控制,可以和正常人一样生活、工作和参加各种活动。



2. 什么是变态(过敏)反应 ···

“变态反应”顾名思义是指机体的一种异常(非正常态的)的免疫反应,又称过敏反应。也可以说,变态反应是一个医学学术用语,过敏反应更通俗一些。通常人们受到感染时,体内便产生抗体,帮助战胜感染的侵袭,并可以预防再次被感染,这是一种正常的免疫反应。正常人接触花粉,食用一些蛋白食物后不会发生反应。而过敏体质的人,在首次接触了植物花粉、屋尘微粒、动物皮毛、一些食物等物质之后,体内产生一种特殊抗体(IgE),这种抗体在正常人体中很少,它是血清中最少的免疫球蛋白,这种抗体结合到皮肤或黏膜中的一种特殊的细胞上(肥大细胞),当患者再次接触到上述过敏物时,它可以引起肥大细胞释放一些过敏炎症介质(如组胺等),发生像瀑布一样的反应,导致过敏介质的大量释放,引起哮喘、变应性鼻炎、过敏性结膜炎、荨麻疹等。特应性哮喘实际上就是发生在下呼吸道的过敏反应,也就是变态反应。



3. 世界哮喘患病情况 ···

支气管哮喘是全球最常见的慢性呼吸道疾病之一。近年来,世界各国哮喘患病率均呈明显上升趋势。据估计,全球约有3亿哮喘患者,目前中国约有3000万哮喘患者。国际有关机构

预测,到2025年,世界人口将显著增多,城区人口比例将从45%增长到59%,在未来的20年里,世界范围内哮喘患病情况会有显著增长,届时,全球哮喘患者将会再增加1亿。全球哮喘负担报告提示,目前哮喘患者的死亡率为0.4%。全球由于哮喘造成的伤残调整生命年(disability adjusted life years, DALYs)估计每年达到1500万,约占总DALYs的1%。这组数据反映了哮喘较高的发病情况和严重程度。由于哮喘而丧失的DALYs与糖尿病、肝硬化和精神分裂症等疾病相当,所以备受关注。据世界卫生组织报告,每年有25万哮喘患者死亡,其中在与哮喘相关的死亡中有80%~90%都是可以避免的,大多数死亡主要归因于患者对自身疾病未予重视,不恰当的长期治疗和哮喘发作时没有得到及时救治。



4. 中国儿童哮喘患病状况

全国儿科哮喘协作组分别于1990年、2000年、2010年进行了3次全国规模的城市儿童哮喘患病率及诊治状况的调查。调查结果显示,我国城市儿童哮喘患病率已从1990年的0.9%上升到2010年的3.02%,患者数急速升高,基本上是每10年上升50%。2010年调查发现,哮喘对儿童的学习影响很大,其中因哮喘免体育课者占2.1%,缺课10天以上者占14%,其中缺课超过2个月者占3.8%。因孩子哮喘发作,家庭成员工作也受很大影响,其中每年家庭成员误工10天以上者占19.2%,因患儿哮喘家长常年不能工作者占2.1%。因哮喘发作每年额外花费2000元以上者占68.6%,大于5000元者占27.6%。

2012~2013年亚太地区哮喘现状调查项目对上海、北京、广州405例哮喘患者进行了调查,结果显示,他们的哮喘控制状况与GINA(全球哮喘防治倡议)方案中提到的哮喘长期管理目标