

慢性支气管炎防治

农民
2
元
丛
书

福建科学技术出版社



慢性支气管炎防治

吕凤英 刘江红

福建科学技术出版社

(闽)新登字 03 号

图书在版编目(CIP)数据

慢性支气管炎防治/吕凤英,刘江红编著. —福州:福建科学技术出版社,2000.5

(农民2元丛书)

ISBN 7-5335-1664-8

I. 慢… II. ①吕…②刘… III. 支气管炎:慢性病-防治
N. R562.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2000)第13655号

农民2元丛书

慢性支气管炎防治

吕凤英 刘江红

福建科学技术出版社出版、发行

(福州市东水路76号)

各地新华书店经销

福建省科发电脑排版服务公司排版

福州七二二八五号印刷

开本 787×1092 毫米 1/32 2印张 38千字

2000年5月第1版

2000年5月第1次印刷

印数:1—10 000

ISBN 7-5335-1664-8/S·208
全50册 定价:100.00元(每册2元)

书中如有印装质量问题,可直接向承印厂调换

序

为了适应农业和农村经济发展新阶段的要求，积极推进农业和农村经济的战略性调整，福建科学技术出版社组织有关专家深入农村调查研究，并精心策划出版了这套《农民2元丛书》。

这套丛书首批共50本。其主要内容为调整和优化农业生产结构服务，如提倡名、优、特品种，介绍果树、蔬菜、食用菌、药材、毛竹等作物的高效生产技术，着力于发展高效农业和创汇农业；大力介绍先进的养殖新技术，积极发展畜牧水产业；推广水果、药材、蔬菜、食用菌等农产品的储藏、保鲜、运输、加工技术，促进农产品的转化增值；介绍农村常用技术，如电机、柴油机、摩托车的修理，电气安装等，为发展农村小城镇和乡镇企业服务；同时还介绍了农民保健与疾病防治，以及农村应用文、对联、法律等知识，旨在不断提高广大农民的科学文化素质，加强农村基层组织、民主法制和精神文明建设。

这套丛书有四个特点：一是有的放矢，针对当前农业生产和农村生活急需解决的问题；二是实用性强，尽量避免深奥难懂的“为什么”，开门见山地介绍

“怎么做”；三是阐述方式深入浅出，通俗易懂；四是价格便宜，每本仅2元。总之，这套丛书面向农村，面对农民，让广大农民读者买得起，看得懂，用得上。

科技知识的普及与应用，对进一步发展农村经济，提高农民的生产和生活水平，具有极其重要的作用。我衷心希望通过出版这套《农民2元丛书》，把科技知识的力量带给广大农民，对农村经济的发展、农民增收，能起到积极的作用。

福建省人民政府副省长

卢庚雄

2000.3

目 录

一、基本知识

- 慢性支气管炎是怎么引起的..... (1)
- 慢性支气管炎的常见外因..... (1)
- 慢性支气管炎发病的内因..... (1)
- 上呼吸道病灶与慢性支气管炎发生的关系..... (2)
- 遗传因素、性别与慢性支气管炎的关系 (3)

二、慢性支气管炎的临床表现和检查

- 怎样判断患了慢性支气管炎..... (4)
- 慢性支气管炎的临床表现..... (4)
- 慢性支气管炎的分型与分期..... (5)
- 慢性支气管炎病情轻重的判断..... (5)
- 慢性支气管炎与肺气肿、肺心病的关系 (6)
- 慢性支气管炎患者痰细菌培养检查的意义..... (6)

三、慢性支气管炎的治疗

- 慢性支气管炎能否治愈..... (7)
- 得了慢性支气管炎怎么办..... (7)
- 慢性支气管炎的治疗原则和治疗措施..... (7)
- 慢性支气管炎是否需要长期服药..... (8)
- 慢性支气管炎是否都需要用抗生素治疗..... (8)
- 慢性支气管炎可否采用预防性治疗..... (8)
- 慢性支气管炎如何选用抗生素..... (8)
- 慢性支气管炎为何不宜长期使用抗生素..... (9)
- 抗生素有哪些副作用 (10)

慢性支气管炎患者如何服用祛痰镇咳药	(10)
服用祛痰镇咳药应注意什么	(11)
喘息发作时怎样促使痰液排出	(12)
慢性支气管炎患者如何使用平喘药	(13)
平喘药分为哪几类	(13)
平喘药有哪些副作用	(14)
为何慢性支气管炎不宜单用平喘药	(15)
什么是平喘药的局部给药方式	(15)
如何正确使用平喘气雾剂	(15)
使用平喘气雾剂应注意什么	(16)
怎样使用丙酸倍氯松气雾剂	(16)
超声雾化吸入为什么能治疗慢性支气管炎	(17)
超声雾化吸入常用的药物有哪些	(18)
超声雾化吸入治疗的注意事项	(18)
什么是简易加温湿化疗法	(19)
什么是家庭氧疗	(20)
家庭氧疗的原则	(21)
慢性支气管炎临床缓解期的选方用药	(22)
针灸如何治疗慢性支气管炎	(22)
耳针如何治疗慢性支气管炎	(23)
穴位敷贴疗法如何治疗慢性支气管炎	(23)
拔罐疗法如何治疗慢性支气管炎	(24)
理疗如何治疗慢性支气管炎	(24)
橡胶锤疗法如何治疗慢性支气管炎	(25)
脚部按摩法如何治疗慢性支气管炎	(25)
手部按摩法如何治疗慢性支气管炎	(26)

如何用敷脐疗法治疗慢性支气管炎	(26)
慢支久病伴有哮喘可采用脐疗吗	(27)
治疗慢性支气管炎的验方有哪些	(27)
四、慢性支气管炎的预防与康复保健	
免疫药物疗法治疗慢性支气管炎有效吗	(29)
气管炎菌苗对慢性支气管炎患者有哪些益处 ...	(29)
注射核酪注射液对慢性支气管炎有什么用处 ...	(30)
注射转移因子对慢性支气管炎患者有什么益处...	(30)
结核菌苗对慢性支气管炎患者有什么益处	(30)
注射丙种球蛋白对慢性支气管炎有什么用处 ...	(31)
左旋咪唑可否用于慢性支气管炎的治疗	(31)
能够提高免疫功能的中药有哪些	(31)
使用免疫增强剂的注意事项	(32)
慢性支气管炎患者为何要慎用镇静剂	(32)
为何预防慢性支气管炎须从儿童期开始	(32)
慢性支气管炎冬病夏治的方法	(33)
老年慢性支气管炎患者冬季如何保暖	(34)
慢性支气管炎患者冬季如何取暖	(35)
老年慢性支气管炎冬季如何调理饮食	(35)
慢性支气管炎患者的饮食忌宜	(36)
慢性支气管炎患者常用的食疗方	(36)
治疗慢性支气管炎的药粥	(38)
如何用橘皮、生姜治疗慢性支气管炎	(39)
笑口常开对慢性支气管炎的康复有什么好处 ...	(40)
慢性支气管炎患者如何安排体育锻炼	(41)
慢性支气管炎患者平时可常做哪些动作	(41)

慢性支气管炎患者如何进行慢跑锻炼	(42)
慢性支气管炎患者怎样进行急行和步行锻炼 ...	(42)
慢性支气管炎患者如何进行上下楼梯锻炼	(43)
慢性支气管炎患者如何练太极拳	(43)
呼吸操锻炼有哪些方式	(44)
慢性支气管炎患者如何进行腹式呼吸锻炼	(44)
慢性支气管炎患者如何做卧式呼吸操	(45)
慢性支气管炎患者如何做坐式呼吸操	(45)
慢性支气管炎患者如何做立式呼吸操	(46)
有助于改善肺功能的几种简易呼吸锻炼	(46)
慢性支气管炎患者做呼吸操的注意事项	(47)
耐寒锻炼能预防慢性支气管炎发作吗	(48)
耐寒锻炼的方法有哪些	(48)
耐寒锻炼应注意哪些事项	(48)
如何进行室外耐寒锻炼	(49)
如何进行简易耐寒按摩	(49)
为什么说冷水锻炼是最有效的耐寒锻炼	(50)
如何进行一般冷水锻炼	(50)
慢性支气管炎患者为什么要特别注意防治感冒...	(51)
患了慢性支气管炎后再戒烟还来得及吗	(53)
戒烟有哪些行之有效的办法	(53)
慢性支气管炎患者居住环境的选择	(54)
慢性支气管炎患者的卧室为何更要注意通风 ...	(55)
如何掌握室内适宜的温度和湿度	(55)
室内布置应注意什么	(56)

一、基本知识

慢性支气管炎是怎么引起的

慢性支气管炎（简称“慢支”）的病因很多，在机体抵抗力降低，气管、支气管存在不同程度敏感的基础上，有一种或多种外因长期反复刺激，即可以引起慢性支气管炎。如长期大量吸烟，损害呼吸道黏膜，加上病菌反复感染，可以发生慢性支气管炎，进而又可发展成阻塞性肺气肿，甚至肺源性心脏病（肺心病）。

一般将慢性支气管炎的形形色色病因分为外因和内因两大类。

慢性支气管炎的常见外因

呼吸道是对外开放器官，外界有害物质常随呼吸进入体内。有人估算，每天约有1万升的外界空气进入肺内，容易将空气中的病毒、细菌、粉尘、有害气体或过敏原吸入，损伤气管、支气管、肺组织，并可引起发炎。所以说，外因是慢性支气管炎的主要致病原因。

常见的外因有：吸烟、大气污染、寒冷及受凉、过敏原、感染因素等。有人将大气污染放在外因的首位，也有将寒冷和受凉放在首位者。但前三位的原因就是吸烟、大气污染和寒冷。因此，预防慢性支气管炎发生或加剧，亦应从这几方面着手。

慢性支气管炎发病的内因

在同样的环境中生活，也就是说在同样的外因作用下，有的人得了慢性支气管炎，而大部分人并未患病。这说明慢性

支气管炎的发病除外界因素外，还有机体内在的原因在起作用。目前医学家注视的内因有：

(1) 呼吸道防御功能减低：正常人的呼吸道具有完善的防御功能，能对吸入的空气过滤、加温、湿润；气管、支气管纤毛的摆动以及咳嗽反射，可以排除异物或过剩的分泌物；支气管和肺泡中的吞噬细胞能够消灭入侵的病菌。因此，呼吸道的“盾牌”（自净）作用是很强的，可以使下呼吸道始终保持无菌状态。若全身和呼吸道防御能力减退，免疫功能下降，则是慢性支气管炎发病的内在条件。老年人慢性支气管炎患病率高，就是因为老年人的呼吸道组织老化，免疫球蛋白减少，免疫功能减退，吞噬细菌吞噬能力下降，以及肾上腺皮质激素减少，导致全身和呼吸道局部抵抗力减低。

(2) 神经因素：有些人的呼吸道神经反应特别敏感，即使对正常人不起作用的外界有害物的微弱刺激，也可引起这些人的支气管平滑肌收缩、痉挛，分泌黏液增多，产生咳嗽、痰液与喘息，反复多年就会形成慢性支气管炎。

另外，有些人在外因作用下，情绪波动也会促使慢性支气管炎的发生和发展。

(3) 过敏因素：慢支病人中有过敏史者多于健康对照组，特别是那些喘息型慢支患者。

上呼吸道病灶与慢性支气管炎发生的关系

上呼吸道病灶与慢性支气管炎的发生有一定关系。临床观察到，有一部分青壮年慢性支气管炎患者，他们不吸烟，居住环境也很好，但经仔细检查可以发现，这些人的上呼吸道中存在着病灶，例如慢性鼻炎、鼻窦炎、咽炎、扁桃体炎等。这些病灶反复犯病，又未及时治疗，病灶感染物下行，进入

下呼吸道而引起发炎。如此反复发作，天长日久就可能形成慢性支气管炎。

遗传因素、性别与慢性支气管炎的关系

最近国外研究表现，家庭遗传因素与气管炎、慢性支气管炎、肺气肿的发病和加重有关。多数地区调查表明，男、女性别间患病率有非常显著的差别，男性患者多于女性。这可能与男性多从事各种户外劳动、吸烟等有关。

二、慢性支气管炎的临床表现和检查

怎样判断患了慢性支气管炎

慢性支气管炎的诊断主要靠病史和症状。在排除心、肺和其他疾患后，凡有慢性或反复的咳嗽、咳痰，每年发病至少持续 3 个月，并连续 2 年或 2 年以上者，即可确定患了慢性支气管炎。

需要排除的具有咳嗽、咳痰及喘息症状的其他疾病有：肺结核、尘肺、肺脓肿、心脏病、心功能不全、支气管扩张、支气管哮喘、慢性鼻咽疾患等。

慢性支气管炎的临床表现

慢性支气管炎的主要临床表现是咳嗽、咳痰、气喘与气短、反复的呼吸道感染。

(1) 咳嗽：长期、反复、逐渐加重的咳嗽是本病的突出表现。早期多为晨间咳嗽及白天咳嗽较多，随着病情的发展，则夜间咳嗽增加。早期多为单声洪亮的咳嗽，晚期则呈声微气弱的阵发性咳嗽。轻者仅在冬春季节发病，夏秋季节咳嗽减轻或消失；重症四季均咳，冬春加重。在急性发作期咳嗽更为严重。

(2) 咳痰：患者在咳嗽时多有痰液咳出，在没有合并感染的早期，多为灰白色的黏液痰，晨起较多。进而痰液呈浆液黏液性痰，量较多且有时混有泡沫。在合并感染时，则脓性黄痰，痰量增加。只有在严重的急性发作咳嗽剧烈时，才可能有数次痰中混有血丝。此时痰中炎症细胞数及 DNA 含量增加。

(3) 喘息与气短：早期病例没有喘息与气短，但当病变发展到引起较小支气管的广泛损害后，或由发作性的气道痉挛，而引起喘息发作，或因为持续性的明显的阻塞性通气功能障碍，才出现活动时的呼吸困难。气喘时肺部听诊有哮鸣音，临床上称为喘息型慢性支气管炎，它一般无典型支气管哮喘的发作表现。

(4) 反复感染：寒冷季节或气温骤变时，常反复发生呼吸道感染。此时病人气喘加重，痰量增多且呈脓性，伴有畏寒、发热、全身乏力。肺部出现湿性啰音，白细胞计数增加。

如反复发作，年复一年，症状出现时间越来越长，缓解时间则越来越短。

慢性支气管炎的分型与分期

临床上根据患者有无喘息症状，将慢性支气管炎分为两型。如只有咳嗽、咳痰两项症状而无喘息者，称为单纯型慢性支气管炎；具有咳嗽、咳痰、喘息症状，并经常或多次出现哮鸣音者，称为喘息型慢性支气管炎。

临床上根据慢性支气管炎的病情，将其分为三期。

(1) 急性发作期：指1周内出现脓痰或黏液脓性痰，痰量明显增加，可伴有体温升高、白细胞计数增加等炎症表现；或1周内咳嗽、咳痰及喘息症状任何一项显著加重者。

(2) 慢性迁延期：患者有不同程度的咳嗽、咳痰或喘息症状，迁延不愈，或急性发作1个月后仍未恢复至发作前水平者。

(3) 临床缓解期：经治疗或自然缓解，症状基本消失，或偶有轻微咳嗽和少量咳痰，至少维持2个月以上者。

慢性支气管炎病情轻重的判断

慢性支气管炎是以长期反复发作的咳嗽、咳痰或伴有喘

息为特征的疾病。因此，判定慢性支气管炎的病情轻重，主要依据患者咳嗽、咳痰以及喘息的轻重程度。

单纯型慢性支气管炎的病情判断：昼夜咳嗽频繁，影响工作及睡眠，夜间12小时咳痰50毫升以上，具备以上任何一项者，均为重度单纯型慢性支气管炎；患者咳嗽较多，不影响睡眠，夜间12小时咳痰25~49毫升者为中度；常有咳嗽，夜间12小时咳痰10~24毫升者为轻度。

喘息型慢性支气管炎的病情判断：喘息型慢性支气管炎一般咳、痰、喘、哮鸣音四证同时存在，但以喘息的病情程度为主。患者安静时喘息明显、不能平卧者为重度；安静时喘息较轻，早晚喘息加重，尚能平卧为中度；安静时无喘息，早晚有喘息发作为轻度。

慢性支气管炎与肺气肿、肺心病的关系

慢性支气管炎与肺气肿、肺心病的关系极为密切。据统计，80%的肺心病都是由慢性支气管炎引起的。因此，有人把慢性支气管炎、肺气肿和肺心病的发展过程称为慢性支气管炎的三部曲。

慢性支气管炎患者痰细菌培养检查的意义

痰的致病菌培养检查（痰培养）能帮助了解慢支患者究竟感染了哪种病原微生物，根据检查结果可以选用合适的抗菌药物。

慢性支气管炎患者如何正确留痰检查呢？

正确的留痰方法是：先用生理盐水或漱口药水漱口，然后用力深咳嗽，将痰咳入培养器具内，迅速送化验室检查。其中关键是一定要留痰，不能是唾液或鼻涕。

三、慢性支气管炎的治疗

慢性支气管炎能否治愈

慢性支气管炎是一种以长期、反复而逐渐加重的咳嗽为突出表现，伴有咳痰或喘息及反复感染，从而加重上述症状为特征的慢性呼吸道疾病，极难彻底治愈。

得了慢性支气管炎怎么办

凡是得了慢性支气管炎，一定要尽早采用综合措施加以积极治疗。一是防治结合，二是医院的各种治疗与家庭康复治疗相结合。预防有二种含义，一是无病早防；二是患本病后，采用各种手段，防止它向肺气肿方向发展或是尽量减缓向肺气肿方向发展的速度。康复就是利用体疗、食疗、气功等各种方法，巩固已取得的疗效，并且防止本病反复发作或减少发作次数。提高身体素质，增强免疫功能，对本病的治疗有积极作用。

慢性支气管炎的治疗原则和治療措施

慢性支气管炎的治疗原则在其不同时期是不同的。在急性发作期和慢性迁延期的治疗原则是：控制感染、祛痰止咳及解痉平喘。在缓解期的治疗原则是：扶正固本、增强体质、提高机体抵抗力和预防复发。

慢性支气管炎的治疗措施如下：首先，应尽可能去除人体内外的各种致病因素，如改善空气污染状况、避免受寒和感冒、戒烟等。在急性发作期和慢性迁延期应选用有效的抗生素来控制感染，如青霉素、氨苄青霉素、庆大霉素、头孢氨苄、复方新诺明等。祛痰止咳可选用氯化铵、必嗽平、复

方甘草合剂等。止喘药有氨茶碱、舒喘灵等。症状缓解期除应注意改善体质、增强耐寒能力，以提高免疫防御功能、防止发作或减少发作次数外，还可适当选用哮喘菌苗、卡介苗、转移因子、丙种球蛋白等。

慢性支气管炎是否需要长期服药

慢性支气管炎的治疗过程是长期的，但并不一定非要天天用药不可，一般是根据病情来决定。如果是轻型慢性支气管炎，每年只发作2~3次，每次2~3个月，那么只需在发作期抓紧治疗，控制症状后再巩固一段时间，过了好发季节即可停用药物。至于重度慢性支气管炎，其症状常常迁延不愈，以至于缓解期极短或根本无缓解期，全年均需用药物来维持较好的状态。这类病人就需要长期用药物治疗了。

慢性支气管炎是否都需要用抗生素治疗

根据慢性支气管炎的治疗原则，急性发作期或慢性迁延期均需要抗生素治疗，这是因为此期间多有感染，或感染未得到控制。而缓解期多在感染被控制后才出现，所以，此时多无需抗生素治疗。

慢性支气管炎可否采用预防性治疗

对慢支气管炎反复感染者，可采用预防性治疗。四环素或复方新诺明，剂量为治疗量的一半（如复方新诺明，每次1片，每日2次），持续服用。当发现痰变脓性，或有其他下呼吸道炎症征象时，可服用7~10天。预防性治疗可减轻发作和缩短疗程。

慢性支气管炎如何选用抗生素

一般认为，根据致病菌的种类选择应用抗生素，效果较好。但确定致病菌的培养检查至少需3~5天才能出结果，急