

卫生部、科技部送卫生科普知识下乡工程

中国农民卫生保健丛书

慢性支气管炎 肺气肿

主 编 薛元坤

副主编 朱 贤 徐 敏

编 著 钱文霞

教你

怎样防病 怎样保健 怎样康复



人民卫生出版社

卫生部、科技部组织卫生科技专家编写工程

中国临床医生健康丛书

慢性支气管炎 肺气肿

主 编 郭应明

副主编 朱 卫 陈 敏

编 委 郭应明

中国临床医生健康丛书

CHINA CLINICAL DOCTOR HEALTH SERIES

人民卫生出版社

卫生部、科技部送卫生科普知识下乡工程
中国农民卫生保健丛书



慢性支气管炎 肺气肿

主 编 薛元坤
副主编 朱 贤 徐 敏
编 著 钱文霞
插 图 薛梦竹 侯艳茹

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

慢性支气管炎 肺气肿 / 薛元坤主编, 钱文霞编著. —北京: 人民卫生出版社, 2009.7

ISBN 978-7-117-11780-7

I. 慢… II. ①薛… ②钱… III. ①慢性病: 支气管炎—防治②肺气肿—防治 IV. R56

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第055680号

门户网: www.pmph.com

出版物查询、网上书店

卫人网: www.hrhexam.com

执业护士、执业医师、

卫生资格考试培训

慢性支气管炎 肺气肿

主 编: 薛元坤

编 著: 钱文霞

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 3

字 数: 60千字

版 次: 2009年7月第1版 2009年7月第1版第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-11780-7/R · 11781

定 价: 9.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

卫生部、科技部送 卫生科普知识下乡工程

《中国农民卫生保健丛书》编委会

编委会主任：祁国明 卫生部科技教育司司长

李朝晨 科技部政策法规与体制改革司司长

胡国臣 人民卫生出版社社长兼总编辑

副主任：李普 科技部政策法规与体制改革司副司长

徐桂珍 北京大学医学部教授

曹福龙 张家港市市委书记

杜贤 人民卫生出版社副总编辑

主 编：薛元坤

副 主 编：朱 贤 徐 敏

总 策 划：于修成 李永威 徐桂珍 宋广霞

编 委：（按姓氏笔画为序）

于修成 吕姿之 朱 贤 朱培福 刘苏霞

祁国明 杜 贤 李 普 李永威 李朝晨

何增义 宋广霞 张 苇 张瑞均 邰启生

林婉生 金兴中 孟昭美 胡国臣 钮文异

姚林琪 钱文霞 徐 敏 徐桂珍 高家彦

曹福龙 常 青 程志健 潘晓鹏 薛元坤

序

在一年一度的全国科技周来临之际，“振兴老区、服务三农、科技列车井冈行”的列车启动了。为了配合这次活动，卫生部和科技部组织专家编写的一套《中国农民卫生保健丛书》也将随着这辆列车送往革命老区。

改革开放以来，农村广大群众的生活有了很大改善，医疗水平有了一定的提高。但是，农村的医疗卫生条件、农民的个人卫生意识与城市相比仍然有很大的差距。农民保健知识十分贫乏，自我保健意识不强。农民因病致贫、因病返贫的现象依然存在，在一定程度上影响了农村经济的发展。党的十六大报告指出，我国城乡二元经济结构还没有改变，地区差距扩大的趋势尚未扭转，贫困人口还为数不少；并提出，我们要在本世纪头二十年，集中力量，全面建设惠及十几亿人口的更高水平的小康社会，使经济更加发展、民主更加健全、科教更加进步、文化更加繁荣、社会更加和谐、人民生活更加殷实。小康社会的重要标志之一，就是全民健康水平的提高。我国百分之八十的人口在农村，只有农民群众的健康水平提高了，才能进入

全面小康社会。

为了提高广大农民的健康水平，科技部政策法规与体制改革司、卫生部科技教育司商定，开展农村卫生科普需求及传播方式研究。自去年5月科技周以来进行了有代表性的五省区卫生科普调研（以中原地区和少数民族地区的农村、农民、城乡结合部为主）。根据调研的结果，组织专家编写并请人民卫生出版社出版了这套丛书。我相信，这套丛书的出版，一方面会给农民群众带去健康知识和科学的生活理念，从而提高农民群众的防病能力，另一方面会给出版界带来一定的示范效应。我希望有更多的出版社加入到这个行列中来，为农村居民出更多更好的书。

卫生部副部长 

2005年5月

前 言

慢性支气管炎是指气管、支气管壁及其周围组织的慢性炎症（简称慢支），逐步进展成肺气肿，慢性阻塞性肺病（简称慢阻肺）。随着经济发展及社会进步，慢阻肺理应下降，但据2001年全国部分城市及农村前十位主要疾病死亡原因的统计数据，呼吸系统疾病在城市的死亡病因中占第四位（13.36%），在农村则占第一位（22.46%），居我国总人口死亡病因的第一位。慢性支气管炎、肺气肿是呼吸系统疾病中的常见病和多发病，患病率和病死率均高。因肺功能进行性减退严重影响患者的劳动力和生活质量，WHO资料显示，慢性阻塞性肺病的死亡率居所有死因的第四位，且有逐年增加的趋势，将造成巨大的社会和经济负担。值得欣慰的是，和所有疾病一样，慢支是可防可治的。

多年来，我国对防治慢阻肺疾病作出了努力，如劝阻吸烟，减少大气污染，制订了慢阻肺的治疗方案、规范、防治措施，为了配合慢阻肺的控制，尤其针对慢阻肺在农村的高发病率，我们结合基层工作经验，特编写了这本慢支、肺气肿小册子，面向广大群众，尤其是农村广大的人民群众，以

问答形式介绍一些有关慢支、肺气肿的基础知识，危害性，主要表现、诊断及预防治疗措施，自我调理保健知识，希望广大农民朋友通过该书掌握慢支的防治知识，提高自我保健意识，做到无病早防，有病早治，减少发作次数，延缓心肺功能减退，提高生活质量，延年益寿。本手册语言精炼，通俗易懂，简明扼要，实用性强，便于广大农村人员阅读。

编 者

2009年5月

目 录



什么是慢性支气管炎、肺气肿

1. 呼吸系统的组成	2
2. 呼吸系统有哪些防卫的功能	3
3. 呼吸系统的结构功能与疾病的关系	3
4. 何谓慢性支气管炎 为何又称老慢支	4
5. 何谓阻塞性肺气肿	5
6. 何谓慢性阻塞性肺病	5
7. 慢支与慢阻肺关系如何	5



慢性支气管炎的发病原因

1. 吸烟与慢支发病有关吗	8
2. 大气污染与慢支有什么关系	8
3. 感染与慢支有什么关系	9
4. 气候变化与慢支有什么关系	9
5. 过敏与慢支有什么关系	10
6. 为什么不抽烟妇女也会得慢支	11
7. 诱发慢支的多个条件	11
8. 为何冬季易发病	13

9. 慢支病人为何不宜住新装修的房子 13
10. 为什么老年人比年轻人更易患慢支 14
11. 慢支会传染吗 15
12. 慢支会遗传吗 15



慢性支气管炎有什么表现

1. 慢支的主要表现 18
2. 慢支患者为什么咳黏液痰或黏液脓性痰 18
3. 慢支病人常有咯血吗 19
4. 一旦咯血千万不要惊慌 20
5. 为什么会出现缺氧 21
6. 缺氧有什么表现 21
7. 为什么慢支患者大多较瘦 21



如何判断患了慢性支气管炎

1. 早期发现慢支的迹象 24
2. 出现哪些症状要考虑可能得了老慢支 24
3. 慢支需做哪些辅助检查 25
4. 慢支病人检查肺功能有什么意义 25
5. 慢支患者进行病原学检查有何意义,
 如何留取合格痰标本 26
6. 慢支病人进行血气分析有何意义 27
7. 慢支病人为何要做心电图检查 27

8. 慢支与急性支气管炎的区别	28
9. 慢支应与哪些疾病相区别	28
10. 慢支的分型与分期	29
11. 如何判断慢支疾病的轻重	30
12. 慢支有哪些危害	31

五 慢性支气管炎的治疗

1. 得了慢支怎么办	34
2. 急性期如何治疗	34
3. 缓解期如何治疗	35
4. 康复治疗有哪些方法	36
5. 中西医结合治疗	36
6. 煎服中药时有哪些注意事项	38
7. 家庭氧疗及注意事项	39
8. 什么叫湿化治疗 适用于何种情况	43
9. 雾化治疗在慢支中的应用及注意事项	44
10. 老年慢支应慎用镇咳药	45
11. 慢支患者用镇静剂一定要小心	46
12. 抗生素不能乱用	47
13. 肾上腺皮质激素药物不能滥用	48
14. 平喘药有哪几种	49
15. 慢支还有哪些辅助治疗方法	49
16. 慢支能治愈吗 慢支为何多年不愈	50

17. 目前治疗慢支有特效药吗
莫盲目相信各种广告..... 50

六

慢性支气管炎的并发症

1. 慢支还会并发什么病 54
2. 如何发现慢支治疗中出现的肺癌 54
3. 慢支合并肺心病, 心力衰竭有哪些表现 55
4. 慢支合并呼吸衰竭有哪些表现 57
5. 慢支引起肺性脑病有何特点 57
6. 哪些疾病可引起慢支病情急剧恶化 58
7. 气胸是怎么发生的 59

七

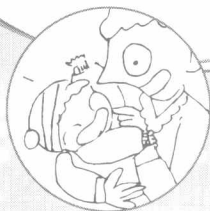
如何预防、保健

1. 慢支预后如何 62
2. 怎么防止慢支的病情进展 62
3. 如何预防感冒 66
4. 怎样戒烟 67
5. 怎样防止慢支病人的交叉感染 68
6. 慢支患者注意劳逸结合 69
7. 预防慢支要忌的饮食因素 69
8. 如何饮食调理、合理营养 70
9. 慢支的食疗 71
10. 老慢支夏治巧用药膳 73

11. 如何自我调护	74
12. 如何进行呼吸锻炼	76
13. 为什么肺气肿患者应该坚持缩唇呼吸	77
14. 坚持腹式呼吸有什么好处	77
15. 如何运用呼吸操防治慢支	78
16. 慢性阻塞性肺气肿病康复期怎样进行 骨骼肌放松锻炼	80
17. 慢支缓解期怎样进行运动锻炼	80
18. 如何对慢支患者心理护理	81

— 什么是慢性支气 管炎、肺气肿

- 慢性支气管炎简称慢支
- 慢支发展就是肺气肿



1 呼吸系统的组成

人是通过肺内的氧气交换呼出废气二氧化碳，使血液得到氧并排出二氧化碳，来维持人体的正常生命活动。

外界含氧空气在吸气时通过呼吸道进入肺内，在肺里面进行气体交换，使氧气进入人体，同时将人体产生的废气（二氧化碳）在呼气时排出体外。

呼吸系统为通气和换气的器官，由呼吸道和肺两部分组成。

（1）呼吸道：呼吸道是气体进出肺的通道，分为上呼吸道与下呼吸道两部分，好比工厂中原料传送的管道。

1）上呼吸道：包括鼻、咽、喉。

2）下呼吸道：下呼吸道是指气管、总支气管、叶、段支气管及各级分支直到肺泡。气管好比树干，各级支气管如树杈向下分支，越分越细，最后到达肺泡。

（2）肺：肺由3亿~4亿个肺泡组成，是进行气体交换的场所，肺位于胸腔，呈圆锥形，右肺较左肺略大。肺是人体与外界直接相通的脏器，故较易发生感染（图1）。

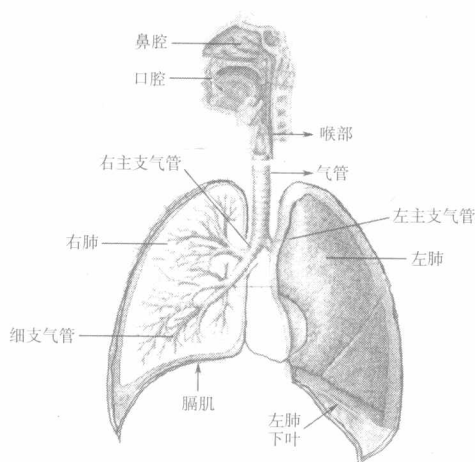


图1 呼吸系统示意图

人每天吸入的空气在10 000升以上，其中可能含有大量微生物、有害的粉末或毒物，致病因子排出、灭活及清除。当吸入的致病因子过多或作用过强，或肺的防卫功能降低时，就可能发生疾病。这些可成为肺部炎症、肿瘤及全身性疾病的原因。所幸的是肺和呼吸道的防卫功能可将这些吸入空气中悬浮的固体颗粒和有害气体，一部分随呼气运动呼出，一部分沉积于呼吸道或肺泡表面，由防卫机制将其清除。

当固体颗粒或有害气体进入呼吸道后会刺激呼吸道分泌液体来稀释、包裹外来物。气道上皮细胞有纤毛组织，纤毛向喉部方向快速摆动，回摆为慢速，如此将黏液向咽部运送。粘在气道黏膜上的颗粒由黏液纤毛装置运送至咽部后被咳出。这就是痰的产生。

呼吸系统在人体的各种系统中与外环境接触最频繁，接触面积大。

成年人在静息状态下，每日有12 000升气体进出于呼吸道，在3亿~4亿个肺泡（总面积约100平方米）与肺的毛细血管进行气体交换，从外界环境吸取氧，并将二氧化碳排出体外。