

健康教育丛书

哮喘

编 著 张晓梅 张 璟

中 国 中 医 药 出 版 社

· 北 京 ·

出版者的话

人生最宝贵的应该是生命和健康，健康与疾病是全社会都非常关注的问题，它关系到每一个人、每一个家庭的切身利益。卫生部和国家中医药管理局领导非常重视这一全社会都非常关注的课题，他们制定的不是重在有病去治，而是无病先防的预防为主的工作方针。2000年为了积极贯彻江泽民总书记崇尚科学，大力开展科学知识普及工作等一系列指示精神，及李岚清副总理在全国九亿农民健康教育工作电视电话会议的讲话精神，精心组织策划了“健康家园——医学科普进万家10年大行动”的医学知识普及活动。为了使本次活动有声有色，张文康部长不但亲自担任活动组委会主任，还亲自组织中西医专家学者主编了本次活动的宣教材料——健康教育丛书。丛书共分78个分册，介绍近百

种常见病的一般知识、疾病信号、家庭保健、用药宜忌等防治疾病的知识，并向患者提供与该病有关的信息。旨在提高全民族的健康意识与身体素质，把健康知识送到每一个家庭。

为保证本套丛书的科学性、权威性、实用性、普及性，组委会邀请数位医学界的科学院院士、工程院院士亲自审定，并出任审定委员会委员。出版本丛书是我们出版社的责任，为了使本丛书常盛不衰，我们准备每年修订一次，以使每个家庭能经常获得防病治病的普及新知识，使人人享有健康。

**中国中医药出版社
二〇〇〇年七月**

健康教育丛书

分书名

感冒

哮喘

慢性支气管炎

肺炎

肺心病

肺癌

心肌炎

心律失常

高血压

冠心病

心力衰竭

消化性溃疡

慢性胃炎

溃疡性结肠炎

脂肪肝

慢性肝炎

肝硬化

胆囊炎胆石症

便秘

食管癌

胃癌

肝癌

尿路感染

泌尿系结石

慢性肾炎

尿毒症

贫血

白血病

紫癜

糖尿病

高脂血症

肥胖病

甲亢

骨质疏松症

风湿类风湿性关节炎

脑卒中

头痛

癫痫

失眠

脱发

健康教育丛书

分书名

肩周炎	老年痴呆
坐骨神经痛	儿科病
颈椎病	痤疮
腰椎间盘突出症	湿疹
三叉神经痛	皮肤瘙痒
骨折	银屑病
痔	烧烫伤
前列腺疾病	美容
阳痿早泄	白内障
性病	近视眼
妇科炎症	耳鸣耳聋
经前期综合征与痛经	中耳炎
乳腺增生与乳腺癌	过敏性鼻炎
不孕不育	口腔溃疡
功能性子宫出血	慢性咽炎
子宫肌瘤	牙周炎
妊娠	龋齿
产后病	术前术后
更年期综合征	放化疗

健康家园

—医学科普进万家10年大行动

“健康家园—医学科普进万家10年大行动”是由中华人民共和国卫生部、国家中医药管理局为了更好贯彻落实江泽民总书记崇尚科学，大力进行科学知识普及工作的一系列指示精神，精心组织的并具有宏大规模的医学科普系统工程。为了使本次活动搞得更好，张文康部长亲自组织中西医专家学者主编了本次活动的宣教材料——“健康教育丛书”，共计78种。同时还结合其他方式方法开展医学科普宣教活动，如与电视台、广播电台等媒体合作举办一些健康教育讲座节目，设立医学科普宣传周，举办医学科普义诊宣传及赠书活动等。其目的就是要让广大国民及病患者增强健康意识，了解常用的医学保健知识和有用的求医问药信息，从而更好地防病治病，保健康复，拥有健康，并自觉摒弃一切封建迷信和不科学的认识和方法。

健康家园—医学科普进万家10年大行动 组织委员会

主 任 张文康 中华人民共和国卫生部部长

副主任 余 靖 中华人民共和国卫生部副部长
兼国家中医药管理局局长

组委会成员

陈啸宏 中华人民共和国卫生部办公厅主任
姚晓曦 中华人民共和国卫生部办公厅副主任
李大宁 国家中医药管理局办公室主任
吴 刚 国家中医药管理局人政司司长
胡国臣 中国中医药出版社社长

组委会办公室

主 任 姚晓曦
副主任 吴 刚 胡国臣

“健康家园—医学科普进万家10年大行动”专用科普宣教材料

健康教育丛书

丛书特点

1. 权威性 本书由卫生部张文康部长任主编，由专家编写并由两院多名院士审定。
2. 科学性 本书由全国数百位中西医专家学者撰写，针对一般群众和病患者的实际情况和需求，介绍相关的医学保健知识和信息，针对性强，是真正“买得起、看得懂、用得上”的医学科普书。
3. 普及性 趣味性好，图文并茂，易懂使用。
4. 本科普丛书规模大，品种全，内容丰富。
5. 更新修订快 每1~2年对丛书修订更新，结合实际，充实新资料，并不断增加新品种、新内容。

健康教育丛书编辑委员会

主 编 张文康 中华人民共和国卫生部部长

副主编 余 靖 中华人民共和国卫生部副部长
兼国家中医药管理局局长

审定委员会名单(按姓氏笔划排序)

王永炎 石学敏 卢世璧 吴咸中 沈自尹
陈可冀 胡亚美 翁心植 程莘农 裘法祖

以上审定委员会成员均为科学院院士或工程院院士

NAWPS/06

2

哮喘

健康教育丛书

主 编 张文康

副主编 余 靖

专家审定委员会(以姓氏笔划为序)

王永炎	石学敏	卢世璧	吴咸中
沈自尹	陈可冀	胡亚美	翁心植
程莘农	裘法祖		

中国中医药出版社
· 北京 ·

目
录

□ 一般知识

哮喘是怎么回事…………… (3)

哮喘是如何发病的…………… (4)

哮喘的分型…………… (5)

哮喘急性发作程度的判断…………… (7)

哮喘应与哪些疾病相鉴别…………… (8)

哮喘发作的先期表现…………… (11)

哮喘发作时的表现…………… (12)

引起哮喘持续状态的原因…………… (15)

哮喘的常见并发症…………… (16)

肺性脑病的表现…………… (17)

诱发哮喘的因素…………… (17)

哪些药物可诱发哮喘…………… (20)

阿斯匹林哮喘是怎么回事…………… (21)

阿斯匹林哮喘的临床表现…………… (22)

精神紧张、情绪变化也能引起

哮喘发作..... (23)

哮喘好发于什么季节..... (24)

儿童哮喘的临床表现..... (25)

儿童哮喘也与心理因素有关..... (27)

小儿哮喘在发育过程中可

逐渐好转..... (28)

哮喘的中医分型..... (29)

哮喘患者的心理..... (32)

氧气疗法的作用..... (34)

哮喘病人的给氧原则..... (35)

常用供氧方式..... (36)

氧气疗法的副作用及预防..... (38)

机械通气的治疗指征..... (39)

☐ **住院须知**

哮喘病人急性发作期的住院

标准..... (43)

住院治疗注意事项..... (43)

☐ **检查须知**

过敏原查找法..... (47)

血气分析..... (48)
 肺功能检查..... (50)

□ 用药宜忌

哮喘治疗的用药顺序..... (55)
 皮质激素的应用指征..... (56)
 如何正确使用丙酸倍氯米松
 气雾剂..... (57)
 超声雾化吸入药物时的注意
 问题..... (58)

□ 常用药

茶碱..... (63)
 糖皮质类固醇..... (64)
 β 2受体激动剂..... (67)
 过敏介质阻释剂..... (68)

□ 预后康复

支气管哮喘要加强稳定期的
 治疗..... (75)
 哮喘缓期的中医药治疗..... (76)
 哮喘的预防..... (77)

哮喘病人家庭居处注意 (79)

哮喘病人衣着注意 (80)

哮喘缓解期的饮食调养 (81)

哮喘病人的家庭护理 (82)

氧气袋供氧法 (84)

敷贴疗法治哮喘 (86)

发泡疗法治哮喘 (87)

呼吸锻炼的意义 (88)

膈腹肌式深呼吸练习 (89)

有效咳嗽、咯痰练习 (90)

松静功练习法 (91)

内养功练习法 (93)

☐ 医院专科

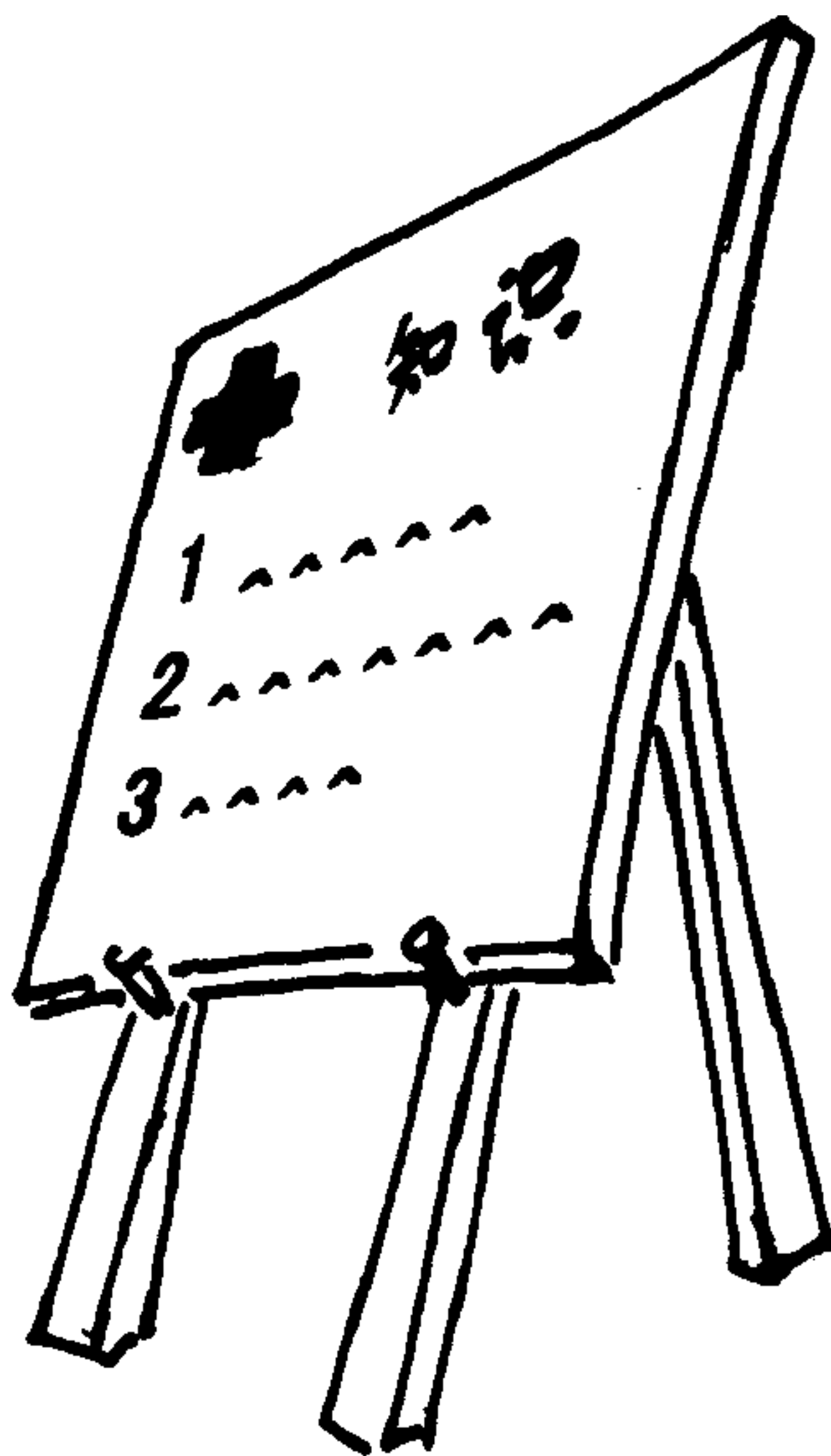
..... (97)

☐ 关键词索引

..... (109)



一般知识



健康需知识

医理是真知

哮喘是怎么回事

哮喘是支气管哮喘的简称，属于一种慢性气道炎症性疾病，其特点是气道可逆性变窄，并导致呼吸困难。哮喘患者的呼吸道对某些物质异常敏感，这些物质称为诱发因子，当病人受到这些因子的刺激时，呼吸道会发生过度的炎症反应，从而出现气道粘膜肿胀、粘液分泌增加和支气管平滑肌痉挛，阻碍正常的气体流通，从而出现哮喘。临床表现为气急、呼吸困难、咳嗽、咯痰和肺内可闻及哮鸣音，尤其是在呼气时哮鸣音更加明显。哮喘在临床上呈反复发作的慢性经过。哮喘发作时，可用平喘药物缓解，也可自行缓解。哮喘发作后，恢复正常，可以完全没有症状。哮喘发作常有季节性，春秋发病率较高，寒冷地区比温暖地区发病率高。可发生于任何年龄，但半数以上在12岁以前发病。男孩患者多于女孩，成人男女发病率大致相仿。约20%的病人有本病的家族史。

哮喘是如何发病的

哮喘根据其发病机理可分为两型，即外源性（过敏性）和内源性（非过敏性），也可发生混合性哮喘。外源性哮喘多见于儿童和青少年，随着年龄的增长和避免接触过敏原，哮喘通常会停止发作。此型病人第一次接触某种过敏原时，机体的免疫系统会产生过多的防御蛋白，这种蛋白称为抗体，这种抗体是针对过敏原产生的。当病人再次接触相应的过敏原时，相应的抗体与抗原结合，诱发体内一种叫作肥大细胞的细胞释放出组织胺和其他一些物质，它们共同作用于支气管，使支气管痉挛，粘液分泌增多，粘膜水肿，从而造成支气管的通气功能减弱，气体进入支气管障碍，出现喘憋等临床症状。内源性哮喘多见于3岁以下的幼儿和30以上的成年人。呼吸道感染是其最常见的诱发因素，其他如运动、冷空气和情绪变化等也可引发哮喘。