

成人哮喘

哮喘是常見的疾病，每十人便有一人在一生中某段時間曾患上哮喘。小孩尤其容易患哮喘，晚間病徵會稍為嚴重。

哮喘是什麼？

哮喘的病徵因氣道（輸送空氣進出肺部的管）收窄和發炎引起。

如果氣道內有太多黏液，氣道壁膜腫脹或抽搐，哮喘便會發作。你會感到呼吸困難、氣喘或乾咳。病徵或會嚴重得令人煩厭，你甚至可能需要入院。

哮喘的誘因

引發哮喘的誘因有很多種，例如：

- 接觸敏感原
- 體力勞動
- 吸入冷空氣
- 感染
- 藥物過敏

患有哮喘的人，特別是小孩子，普遍敏感於屋塵蟎和動物的毛髮。如果你有敏感性哮喘，你或你的家人也可能患有濕疹或花粉熱。請看其他有關濕疹和花粉熱的單張。

其他有可能引發病徵的敏感原包括：

在工作場所中的化學物（留意病徵是否在你工作時才出現）

其他環境污染物，如二手煙

以上誘因都能刺激肺內的氣道，使哮喘容易發作。至於為何病徵只會在特定的時間出現，以及為何只是某些人受影響的原因仍然未明。

診斷

醫生可能會用最高流速計檢查你有沒有哮喘，以及監察你的治療進度。你向流速計的管內盡力及盡快吹氣，醫生就能獲知你呼吸受影響的程度。如果一直定時量度，這些讀數也可顯示哮喘是否受到控制。

醫生也可能會為你作一些測試，看看你肺部如何運作，幫助診斷。

但是，哮喘不一定容易診斷，因為任何使肺部或氣道堵塞的東西都可引致和哮喘病徵相似的毛病。

例如，一個小孩可能有所有哮喘的典型病徵，但其實可能是吸入了阻塞氣道的東西，如硬幣或鈕扣。

在有些病例裏，成人的哮喘病徵可能是心臟病的表徵，尤其是你以前從來沒有哮喘發作卻出現氣喘。有些心臟病可引致肺部堵塞，使患者有和哮喘相似的病徵。

治療

哮喘儘管很難根治，你應盡量避免令哮喘惡化或發作，何況更有一連串治療可控制病徵。最高流速須定時量度，醫生或會幫你量度，你也可自己動手。

吸入器

你可選擇不同儀器控制哮喘。你可能會偏好某類儀器，最常使用的是吸入器，用來吸入治療哮喘的藥物。但無論你使用哪種儀器，醫生或護士應會幫助你學會使用該儀器。

可透過吸入器吸收的藥物主要有兩種：「舒緩劑」和「預防劑」。

舒緩劑能快速疏通導氣管，所以這種藥物適用於哮喘發作時及已感覺病徵出現時。一般舒緩劑藥物包括

沙丁胺醇 (Ventolin)，特布他林及異丙托品。

預防劑每天服用可以抑制病徵，也可與舒緩劑共用。大多數預防劑是以吸入形式服用的類固醇，可減輕氣道的發炎程度。醫生只會在你需要定時每天使用舒緩劑兩次或以上時，才會給你開預防劑的處方。預防劑不像舒緩劑般立時生效，而且無論你有否病徵，都必須按照處方所示使用。

普通預防劑包括倍氯米松 (beclomethasone)、布地奈德 (budesonide) 及氟替卡松 (fluticasone)。吸服的類固醇，比片劑的副作用少。

片劑

如果你的哮喘頗嚴重或難以預測，你可能要服食片劑形式的類固醇。功效和吸入性預防劑一樣，可減輕發炎程度。

醫生可能會給你名為「白三烯拮抗劑 (leukotriene antagonists)」的片劑。這是較新的治療，多與舒緩劑和預防劑一起使用。其他有幫助的藥物包括茶鹼 (theophyllines) (片劑) 及色甘酸鈉 (sodium cromoglycate) (吸入劑)。

噴霧器

如果你哮喘嚴重，你可能需要使用噴霧器吸入由水和藥物混合的噴霧。藥物通常是舒緩劑，有時會是預防劑。噴霧器的主要好處是比傳統吸入器能準確輸送更多藥物到所需部位。若你的哮喘嚴重發作，急需舒緩劑輸送到肺部，噴霧器便可大派用場。

噴霧器有時也會用來醫治幼童，因為他們使用吸入器或服用片劑或會有困難。

貯藥腔

貯藥腔給予不會操作吸入器的人使用，也可使更多藥物輸入肺部。

貯藥腔是一個長管，一端接駁到吸入器上，另一端則是用作吸入的吸嘴或面罩。

處理哮喘

如果你或你的小孩患有哮喘，謹記哮喘發作與否幾乎可以由你自己控制。

請與醫生討論，找出其他有可能令你哮喘發作的敏感原以及如何避免接觸它們。

預防措施 — 為隨時有可能病發而做好準備，這樣，萬一病徵出現，你也可以從容應付，減少哮喘嚴重發作的機會，不用動輒入院治療。

以下機構可提供更多資料

American Lung Foundation

<http://www.lungusa.org/asthma>

American Academy of Allergy Asthma & Immunology

<http://www.aaaai.org>

Asthma and Allergy Foundation of America

<http://www.aafa.org>

National Asthma Campaign

<http://www.asthma.org.uk>

National Asthma Campaign, Australia

<http://www.nationalasthma.org.au>

香港哮喘會

地址：九龍官塘復康徑 7 號一樓

電話：(852) 28956502

傳真：(852) 27110119

伊利沙伯醫院病人資源中心

電話：(852) 2958 6434

傳真：(852) 2332 4585

智康資源中心

電話：(852) 2849 2400

傳真：(852) 2849 2900

電郵：info@healthwise.org.hk

網址：www.healthwise.org.hk

本資訊謹用作參考用途，如欲索取詳細意見及專業建議，請向您的私人醫生查詢。

Supported by
www.healthwise.org.hk



Sponsored by
BUPA



Assured by
The University of HK

