



中西医支招防控哮喘病 预防是最好的治疗

本报记者 朱晓娟 实习记者 曹 聪

进入冬季以来,门诊接收的哮喘病患者数量比平时明显增多。在“12·11”世界防治哮喘日即将来临之际,记者专门请到河南省人民医院、河南中医学院第一附属医院呼吸科及肺病科的相关专家就有关问题进行解答,旨在为市民提供哮喘病中西医防控的科学依据。

患者亲属患病率高于群体患病率

“目前,哮喘病的发病原因还不十分清楚,患者个体过敏体质及外界环境的影响是该病发病的危险因素。”河南省人民医院呼吸科主任医师赵丽敏认为,哮喘病与多基因遗传有关,同时受遗传因素和环境因素的双重影响。

许多资料表明,哮喘患者亲属高于群体患病率,并且亲缘关系越近,患病率越高;患者病情越严重,其亲属患病率也越高。

据赵丽敏介绍,环境因素中主要包括某些激发因素,如尘螨、花粉、真菌、动物毛屑、二氧化硫、氮

气等各种特异和非特异吸入物;感染,如细菌、病毒、原虫、寄生虫等;食物,如鱼、虾、蟹、蛋类、牛奶等;药物,如普萘洛尔(心得安)、阿司匹林等;气候变化、运动、妊娠等都可能成为哮喘发作的激发因素。

最好的治疗是预防

有人说“防控哮喘病最好的治疗是预防”。对此,正在从事哮喘病研究工作的赵丽敏比较认同这个观点。“大部分哮喘病患者是在接触过敏原或呼吸道细菌、病毒感染后而诱发的,如果我们能避免接触过敏原、避免呼吸道感染就能避免大部分哮喘病的发作”。

为此,赵丽敏又为大家提出防治哮喘病的几点建议:尽量避免接触过敏原,避免呼吸道感染。尽量

掌握哮喘急性发作的各种症状,比如咳嗽、胸闷、喘息、呼吸困难等。

另外,还应记哮喘日记,定期做哮喘控制测试(ACT),掌握峰流速仪的使用,自我监测哮喘控制情况。掌握急救药品的使用方法,比如喘康速气雾剂、信必可都保的使用方法。急性发作自我急救后应及早就医,在专科医生的指导下进行规范治疗。

河南中医学院第一附属医院

肺病科副主任医师王海峰认为,预防哮喘病还要注意提高自身免疫力,从中医角度来说就是缓解肺、脾和肾的虚弱,就是最常见的肺虚、脾虚和肾虚。补肺平常可吃一些对肺有好处的食物,比如百合、薏米、贝母、梨子等;脾胃不好可吃一些茯苓、白术。总之,预防哮喘病就是从内因方面应加强自身抵抗力,从外因方面就是要避免接触刺激性因素。

关键是规范化治疗

古人云,内科不治喘,外科不治癰。这就说明哮喘是一种易发、难治的疾病。赵丽敏认为,一旦患者被确诊为支气管哮喘,就要对其进行规范化的治疗,以免反复发作导致急性发作及阻塞性肺气肿、慢性肺源性心脏病,甚至引起呼吸衰竭和循环衰竭等严重的并发症。针对哮喘病的治疗,她认为应从以下几个方面来做。

针对气道慢性炎症最好的治疗就是规律吸入皮质激素,因为哮喘的本质就是气道慢性炎症。

快速缓解药物主要是快速松弛痉挛的支气管平滑肌,使呼吸困难得到迅速缓解,可用于哮喘急性发作时,不能预防哮喘的发作;长期控制药物主要是治疗哮喘的本质——气道慢性炎症,减轻气道炎症反应,降低气道的反应性,可使哮喘得到长期控制。

患者应进行病情严重程度判断(由专业的医务人员给予判断),

按照病情严重程度制订治疗方案,当一个治疗方案起到疗效,需要症状完全控制后继续维持该治疗剂量3~6个月,然后再进行逐步降阶梯治疗(降阶梯需要在医生指导下进行)。

哮喘病和高血压病、糖尿病一样需要长期治疗和预防,因此要特

别强调患者的教育和家庭管理,定期与医生联系以便根据病情制订合理的治疗计划。

赵丽敏指出,支气管哮喘虽然不能根治,但是只要给予及时诊断和科学治疗,就可以得到完全控制,像正常人一样生活、工作、学习和运动。

王海峰认为,中医的治疗就是急性期祛痰、平喘、清热解毒等,缓解期主要是补肺、补肾、补脾。

王海峰说,用激素有可能会引起很多并发症,或者用激素之后反复发作,很多患者都不愿意用。所以,有些患者就用中药,甚至是用中药的物理治疗如督灸、脐灸来提高免疫力。

王海峰进一步解释称,大家都知道哮喘病患者每发作一次,临床症状就会更重。患者要注意哮喘病缓解期的治疗,而不是在发病之后去打一个平喘针、消炎针那么简单。中医的治疗目的是让患者不要发作,尽量少发作,做到防范于未然。

随着天气的骤变,专家提醒市民,要避免受凉感冒,因哮喘急性发作的最常见原因之一是呼吸道感染。雾霾天气要避免外出,必须外出时应佩戴口罩。

中医药治疗哮喘有优势

即时资讯 权威评论
看微新闻 精彩更多

关注方式:

1. 扫描二维码点击“关注”。
2. 在微信查找公众号,搜索“河南卫生新闻网”关注。

