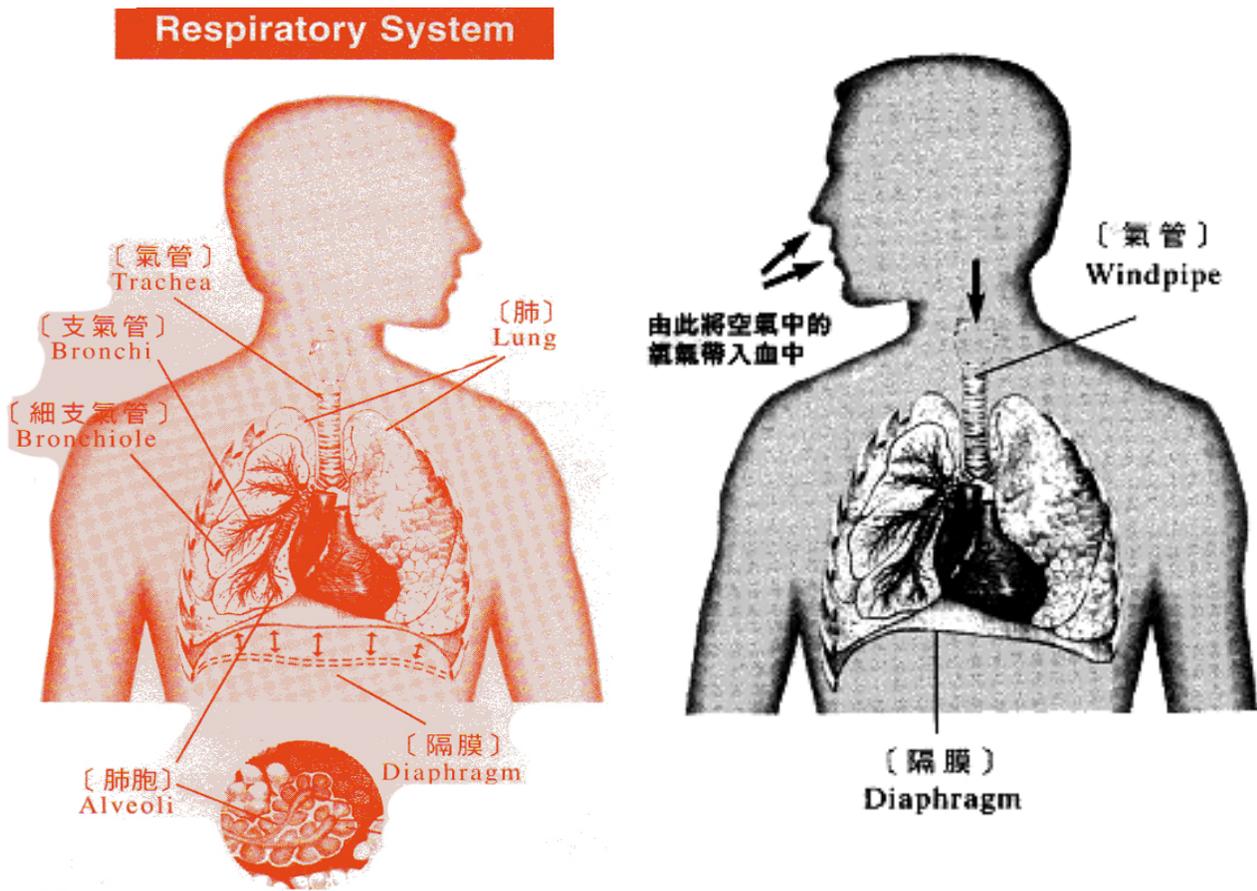


慢性阻塞性肺病的治療與護理

Management of Chronic Obstructive Lung Disease

肺臟及其功能

肺臟是呼吸的主要器官。當您吸氣時，肺部擴張，空氣由您的鼻或口腔進入氣管，然後通過支氣管進入到肺。在此空氣中的氧氣進入血液，而血中的二氧化碳（身體內的廢物）則進入肺泡。當您呼氣時，肺部收縮，將體內的二氧化碳經過同樣的渠道派出體外。這種氧氣和二氧化碳的交換非常重要，因為您身體的每一個細胞都需要氧氣才能正常工作。



慢性阻塞性肺病的治療與護理

Management of Chronic Obstructive Lung Disease

甚麼是慢性阻塞性肺病？

慢性阻塞性肺病主要包括肺氣腫及慢性支氣管炎。如您患有慢性支氣管炎，您肺部的氣道不但變窄，而且部份氣道會被黏液阻塞。如果您患有肺氣腫，您的部份肺泡受損，二氧化碳無法排出體外，氧氣也無法進入血液。

慢性阻塞性肺病的症狀：

- 咳嗽、咳痰
- 喘鳴
- 呼吸困難

怎樣才能知道我患有慢性阻塞性肺病？

您的醫生會做一些檢查，這些檢查將有助於您的醫生作出正確的診斷。

慢性阻塞性肺病可以治好嗎？

沒有靈丹妙藥可以治愈此病。但是有很多藥物或其他方法可幫助您改善呼吸，從而生活得更好。

長期嚴重病患者會因病情惡化而經常留醫治療，此時病患者應與醫生商議關於維生治療和臨終護理。

肺氣腫

肺部有無數的肺泡。在肺泡裡，空氣中的氧氣進入微細血管中，而微細血管中的二氧化碳則進入肺泡，並通過呼氣排出體外。在正常情況下，肺部的這個功能是持續不斷的，使您有足夠的氧氣供應身體的需要。患肺氣腫時，氣泡

膨脹，囊壁變薄，甚至破裂。當大量的肺泡破裂時，肺功能受損，不能排出體內的廢氣（二氧化碳）也不能供應足夠的氧氣。患者會感覺呼吸困難，此外，肺壓升高，可導致心功能不全。

症狀：

氣促：初時登樓或快步走路時感到氣促，其後發展至慢步行走時亦感氣促。發作嚴重之時，即使休息亦感氣促。

病因：

- 慢性支氣管炎
- 長期吸煙或二手煙
- 遺傳（很少）

治療：

- 藥物，例如：激素噴霧劑，支氣管擴張劑，抗生素
- 戒煙
- 減輕肺部負荷
- 嚴重情況時需要口服或靜脈注射激素藥及噴霧器，氧氣治療或輔助儀器呼吸（BiPAP 面罩或氣管插喉）
- 小數病患者可能需要外科肺部切除手術或移植手術

預防：

- 避免吸煙，或二手煙。
- 早期診療。
- 避免過度疲勞，堅持適當的運動。

- 避免到空氣污濁的地方。
- 傷風或有任何呼吸道症狀時，應立即見醫生。
- 健康飲食，增強身體抵抗力。

- 嚴重情況時需要口服或靜脈注射激素藥及噴霧器，氧氣治療或輔助儀器呼吸 (BiPAP 面罩或氣管插喉)

慢性支氣管炎

支氣管炎是指支氣管的黏膜發炎，有急性和慢性之分。急性支氣管炎是由於身體抵抗力低，細菌乘虛而入，迅速繁殖而引起的。急性感染時，濃痰聚集在管壁上，咳嗽、咳痰為主要症狀。急性支氣管炎對一般健康成人不構成威脅，但對幼兒和老年人，病情可惡化成呼吸道阻塞及呼吸困難等嚴重的後果，必須立即看醫生。支氣管炎的主要問題是濃痰阻塞支氣管。慢性支氣管炎多發於吸煙者、老年人、哮喘病者、及在灰塵瀰漫環境中工作的人。沒有適當的治療，慢性支氣管炎可引起肺氣腫、心力衰竭及肺炎。

症狀：

- 長期咳嗽、咳痰，咳嗽可能在早晨及黃昏或天氣潮濕轉冷時加劇。
- 呼吸時有喘鳴音。
- 初時僅於運動後呼吸淺促，然後逐漸加重，最後甚至坐臥休息時也會出現。
- 急性支氣管炎反覆發作。
- 全身不適，可有輕微胸痛。
- 空氣污染
- 吸煙
- 其他疾病（哮喘，流行性感冒及扁桃體炎等）對支氣管的刺激作用

治療：

- 藥物，例如：激素噴霧劑，支氣管擴張劑，抗生素
- 戒煙

預防：

- 避免吸煙或二手煙
- 及時治療傷風及其他呼吸道疾病
- 健康飲食
- 保持良好的生活習慣，避免過度疲勞
- 定期接受預防流行性感冒和肺炎的疫苗
- 改變居住及工作環境
- 避免與傷風或流行性感冒患者接觸

診斷測驗

- 最準確是肺活量功能檢查
- 身體檢查
- 肺部X光或CT掃描
- 危重病患者可能需要血檢，血氧和二氧化碳含量來診斷病情

支援小組

- 參加小組病患者能分享經驗與困難，從而幫助病者減低患病壓力。

可能併發症

- 氣胸
- 消瘦和營養不良
- 骨質變薄（骨質疏鬆）
- 不規則心跳（心律不齊）
- 維生治療和氧氣治療
- 右心衰竭或肺心病
- 肺炎