

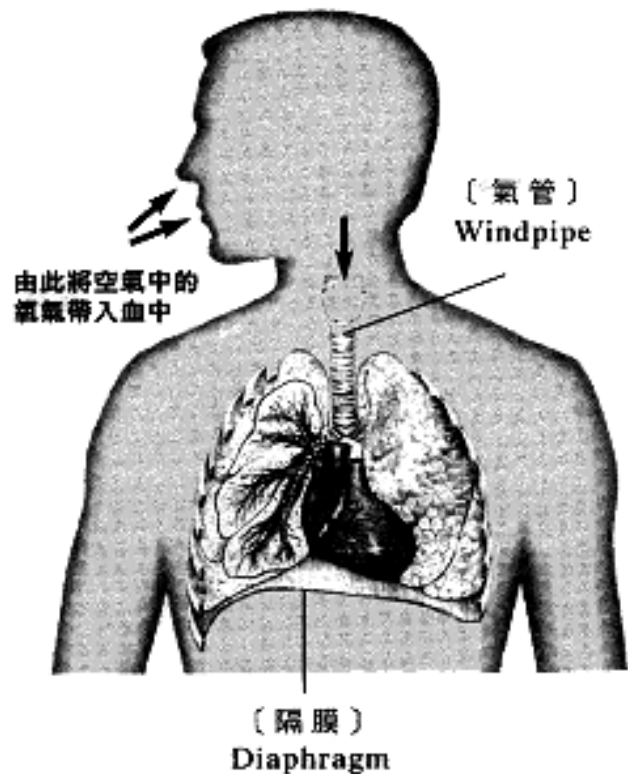
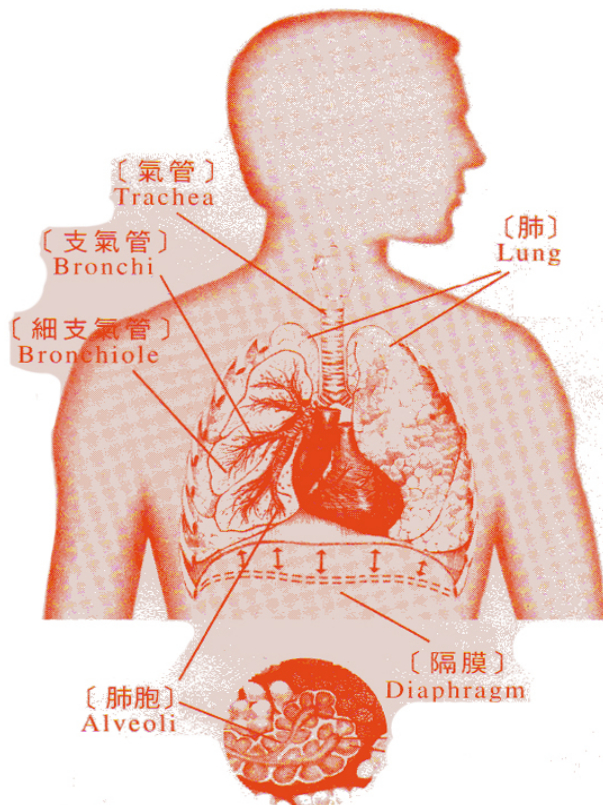
## 慢性阻塞性肺病的治疗与护理

### Management of Chronic Obstructive Lung Disease

#### 肺脏及其功能

肺脏是呼吸的主要器官。當您吸氣時，肺部扩张，空气由您的鼻或口腔进入气管，然后通过支气管进入到肺。在此空气中的氧气进入血液，而血中的二氧化碳（身体内的废物）则进入肺泡。当您呼气時，肺部收缩，將体内的二氧化碳经过同样的渠道派出体外。这种氧气和二氧化碳的交换非常重要，因为您身体的每一个细胞都需要氧气才能正常工作。

#### Respiratory System



## 慢性阻塞性肺病的治疗与护理

### Management of Chronic Obstructive Lung Disease

#### 什么是慢性阻塞性肺病？

慢性阻塞性肺病主要包括肺气肿及慢性支气管炎。如您患有慢性支气管炎，您肺部的气道不但变窄，而且部份气道会被黏液阻塞。如果您患有肺气肿，您的部份肺泡受损，二氧化碳无法排出体外，氧气也无法进入血液

#### 慢性阻塞性肺病的症状：

- 咳嗽、咳痰
- 喘鸣
- 呼吸困难

#### 怎样才能知道我患有慢性阻塞性肺病？

您的医生会做一些检查，这些检查将有助于您的医生作出正确的诊断。

#### 慢性阻塞性肺病可以治好嗎？

没有灵丹妙药可以治愈此病。但是有很多药物或其他方法可帮助您改善呼吸，从而生活得更好。

长期严重病患者会因病情恶化而经常留医治疗，此时病患者应与医生商议关于维持治疗和临终护理。

#### 肺气肿

肺部有无数的肺泡。在肺泡裡，空气中的氧气进入微细血管中，而微细血管中的二氧化碳则进入肺泡，并通过呼气排出体外。在正常情况下，肺部的这个功能是持续不断的，使您有足够的氧气供应身体的需要。患肺气

肿时，气泡膨胀，囊壁变薄，甚至破裂。当大量的肺泡破裂时，肺功能受损，不能排出体内的废气（二氧化碳）也不能供应足够的氧气。患者会感觉呼吸困难，此外，肺压升高，可导致心功能不全。

#### 症状：

气促：初时登楼或快步走路时感到气促，其后发展至慢步行走时亦感气促。发作严重之时，即使休息亦感气促。

#### 病因：

- 慢性支气管炎
- 长期吸烟或二手烟
- 遗传（很少）

#### 治疗：

- 药物，例如：激素喷雾剂，支气管扩张剂，抗生素
- 戒烟
- 减轻肺部负荷
- 严重情况时需要口服或静脉注射激素药及喷雾器，氧气治疗或辅助仪器呼吸（BiPAP 面罩或气管插喉）
- 少数病患者可能需要外科肺部切除手术或移植手术

#### 预防：

- 避免吸烟，或二手烟。
- 早期诊疗。
- 避免过度疲劳，坚持适当的运动。

- 避免到空气污浊的地方。
- 伤风或有任何呼吸道症狀時，应立即见医生。
- 健康饮食，增强身体抵抗力。

- 严重情况时需要口服或静脉注射激素药及喷雾器，氧气治疗或辅助仪器呼吸 (BiPAP 面罩或气管插喉)

## 慢性支气管炎

支气管炎是指支气管的黏膜发炎，有急性和慢性之分。急性支气管炎是由於身体抵抗力低，細菌乘虚而入，迅速繁殖而引起的。急性感染時，浓痰聚集在管壁上，咳嗽、咳痰為主要症狀。急性支气管炎對一般健康成人不构成威胁，但对幼儿和老年人，病情可惡化成呼吸道阻塞及呼吸困难等严重的后果，必須立即看医生。支气管炎的主要问题是浓痰阻塞支气管。慢性支气管炎多发于吸煙者、老年人、哮喘病者、及在灰尘弥漫环境中工作的人。沒有适当的治疗，慢性支气管炎可引起肺气肿、心力衰竭及肺炎。

## 症状：

- 长期咳嗽、咳痰，咳嗽可能在早晨及黄昏或天气潮湿转冷时加剧。
- 呼吸时有喘鸣音。
- 初时仅于运动后呼吸浅促，然后逐渐加重，最后甚至坐卧休息时也会出现。
- 急性支气管炎反覆发作。
- 全身不适，可有轻微胸痛。
- 空气污染
- 吸烟
- 其他疾病（哮喘，流行性感冒及扁桃腺炎等）对支气管的刺激作用

## 治疗：

- 药物，例如：激素喷雾剂，支气管扩张剂，抗生素
- 戒烟

## 預防：

- 避免吸烟或二手烟
- 及時治疗伤风及其他呼吸道疾病
- 健康饮食
- 保持良好的生活习惯，避免过度疲劳
- 定期接受預防流行性感冒和肺炎的疫苗
- 改变居住及工作环境
- 避免与伤风或流行性感冒患者接触

## 诊断测验

- 最准确是肺活量功能檢查
- 身体檢查
- 肺部X光或CT扫描
- 危重病患者可能需要血检，血氧和二氧化碳含量来诊断病情

## 支援小组

- 参加小组病患者能分享经验与困难，从而帮助病者减低患病压力。

## 可能併发症

- 气胸
- 消瘦和营养不良
- 骨质变薄（骨质疏松）
- 不規則心跳（心律不齐）
- 维生治疗和氧气治疗
- 右心衰竭或肺心病
- 肺炎