

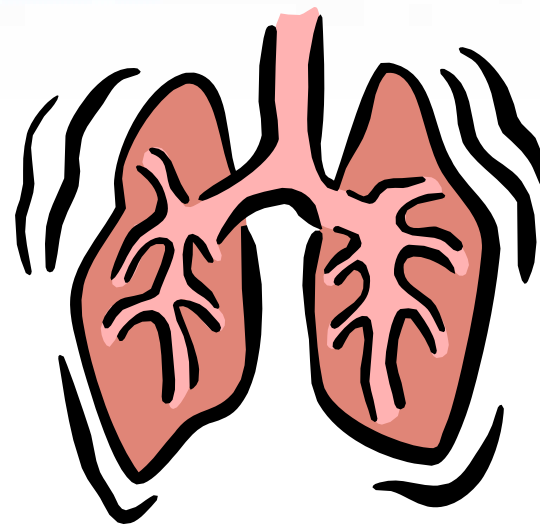


# 哮喘常識須知

許漢琳醫生  
兒科專科醫生

## 常見氣管問題:

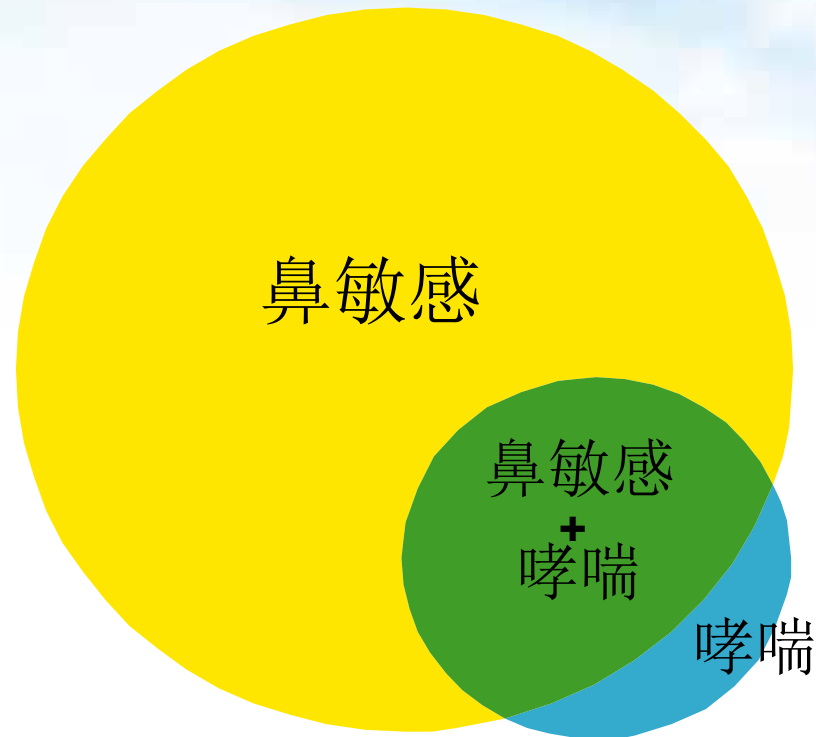
- 鼻敏感
- 氣管敏感
- 哮喘



# 流行病學研究顯示 --- 大部份哮喘病人同時患有鼻敏感

---

- 約八成的哮喘病人同時患有鼻敏感



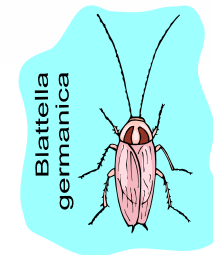
Adapted from The Workshop Expert Panel. *Management of Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma (ARIA) Pocket Guide. A Pocket Guide for Physicians and Nurses*. 2001; Bousquet J and the ARIA Workshop Group *J Allergy Clin Immunol* 2001;108(5):S147-S334; Sibbald B, Rink E *Thorax* 1991;46:895-901; Leynaert B et al *Am J Respir Crit Care Med* 2000;162:1391-1396.

---

# 哮喘與鼻敏感共同的敏感原:

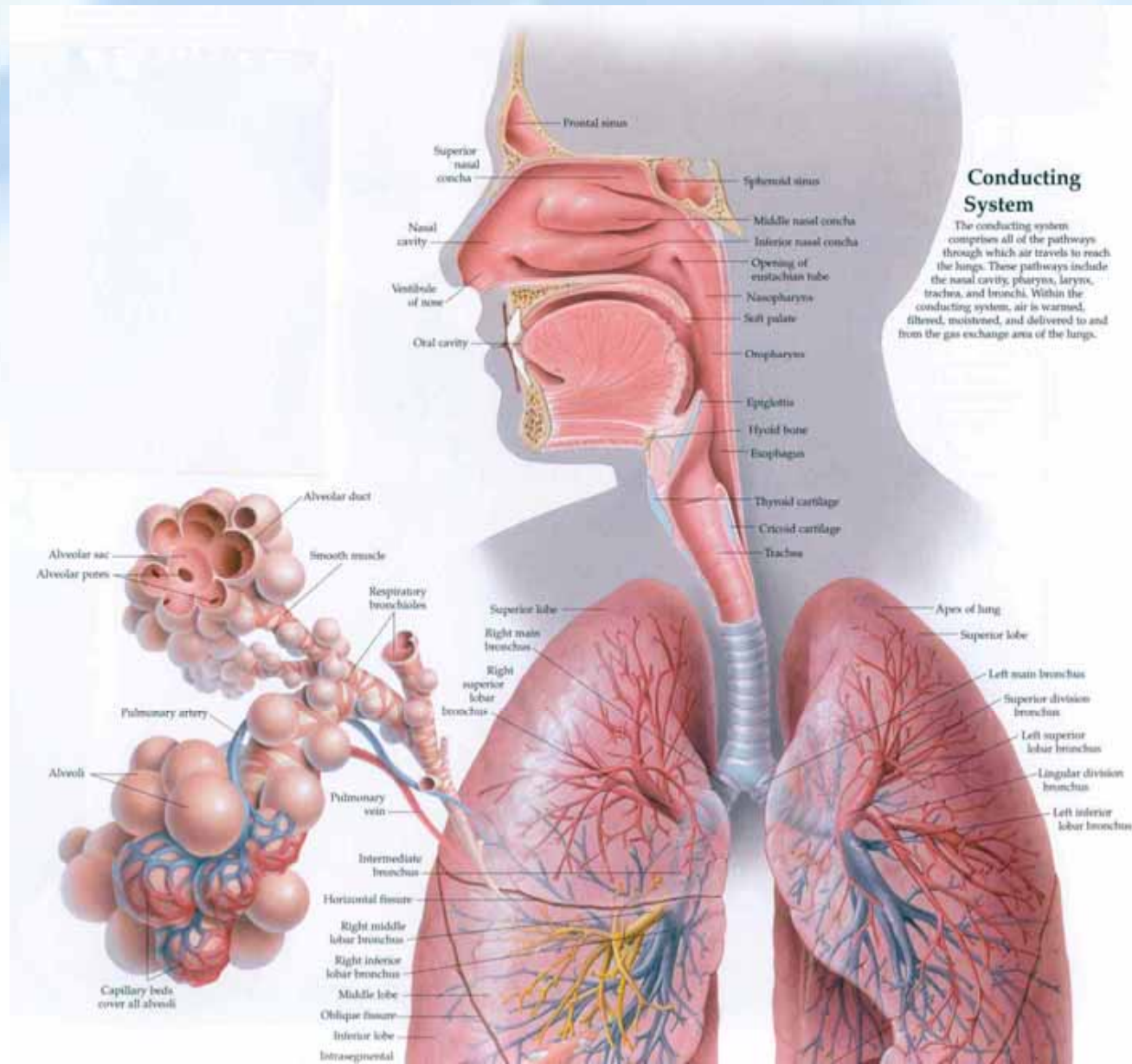
---

- NSAIDs (e.g. 亞士匹靈)
- 室內的敏感原
  - 塵蹣
  - 動物
    - 昆蟲 (e.g., 蟑螂敏感原)
    - 香煙
- 室外的敏感原
  - 花粉, 霉



Adapted from National Institutes of Health *Global Initiative for Asthma: Global Strategy for Asthma Management and Prevention: A Pocket Guide for Physicians and Nurses*. Publication No. 95-3659B. Bethesda, MD: National Institutes of Health, 1998; Workshop Expert Panel *Management of Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma (ARIA) Pocket Guide. A Pocket Guide for Physicians and Nurses*. 2001.

# 呼吸系統結構圖

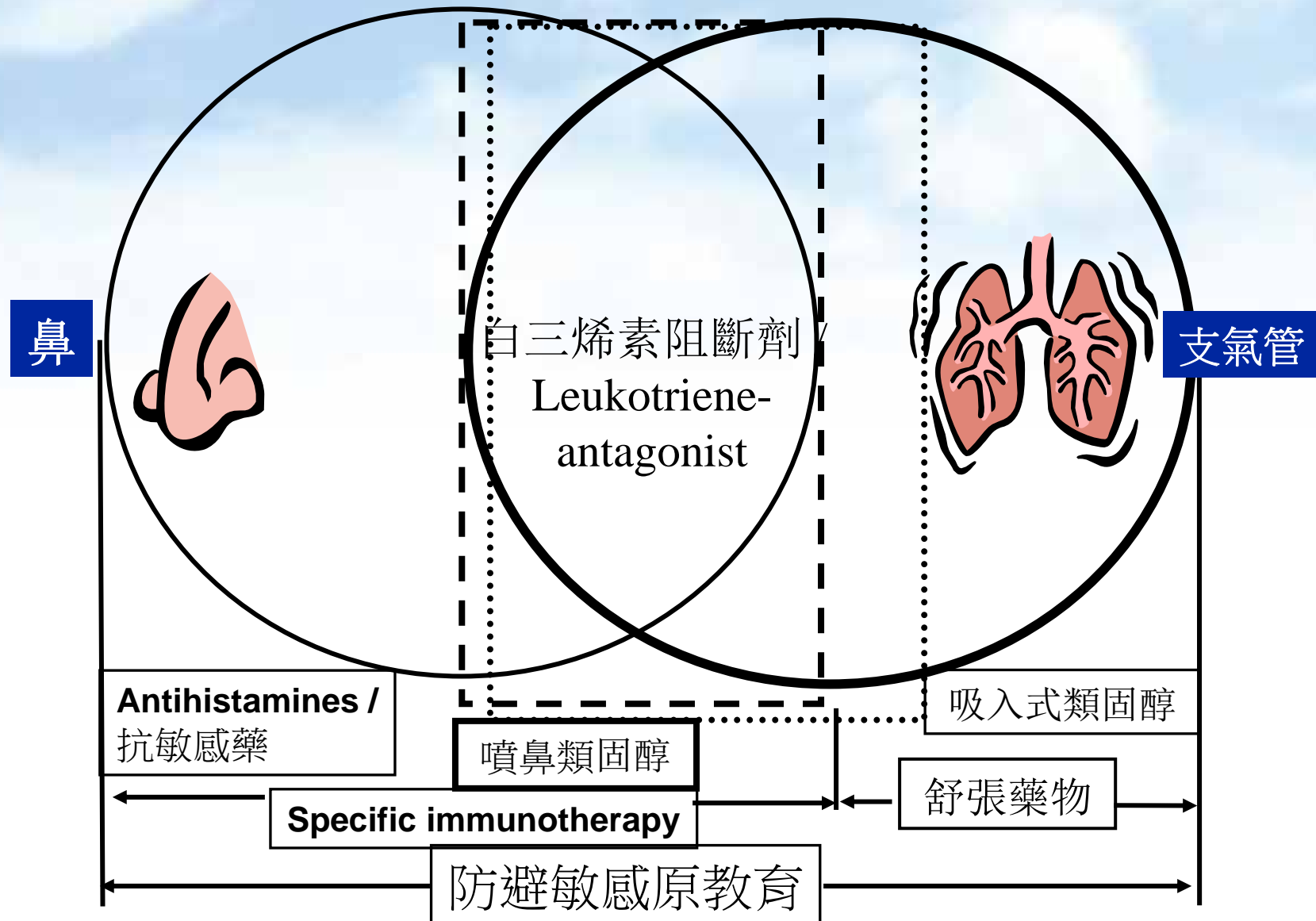


# 哮喘與鼻敏感同屬一條氣管的炎病

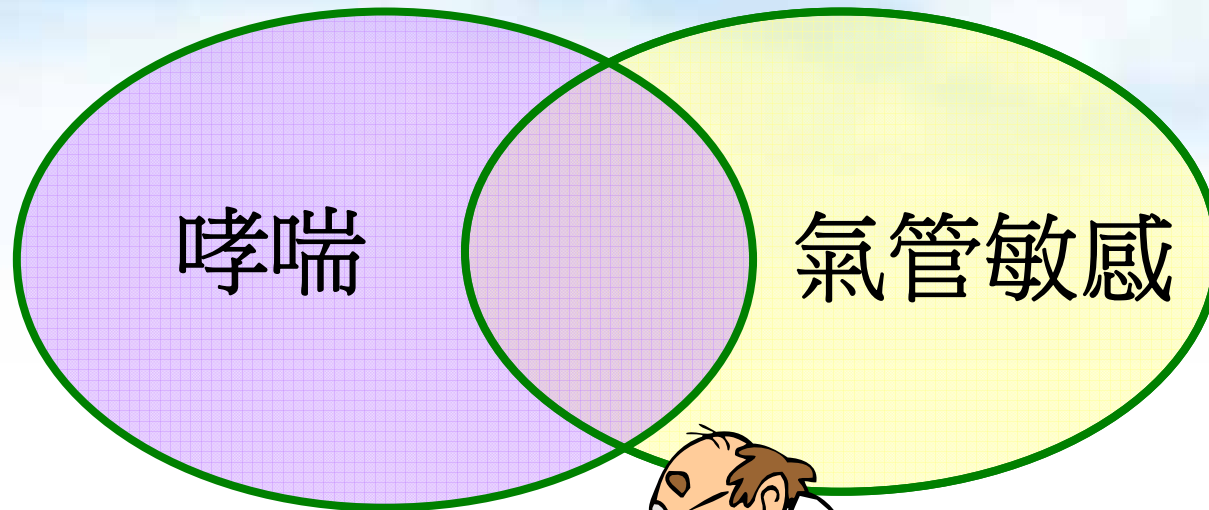
---

- Asthma / 哮喘
  - 刺激物引致氣管長期發炎，形成氣管阻塞及阻隔氣流
- Allergic rhinitis / 鼻敏感
  - 由 IgE-引起的炎病，敏感原刺激鼻膜而引起鼻敏感徵兆

# 鼻與肺在哮喘和鼻敏感的相互影響



# 氣管敏感 = 哮喘?



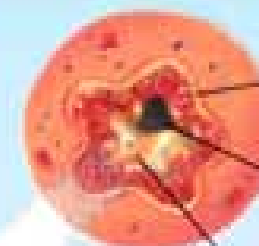


正常支氣管



呼吸暢順

哮喘發作時的支氣管

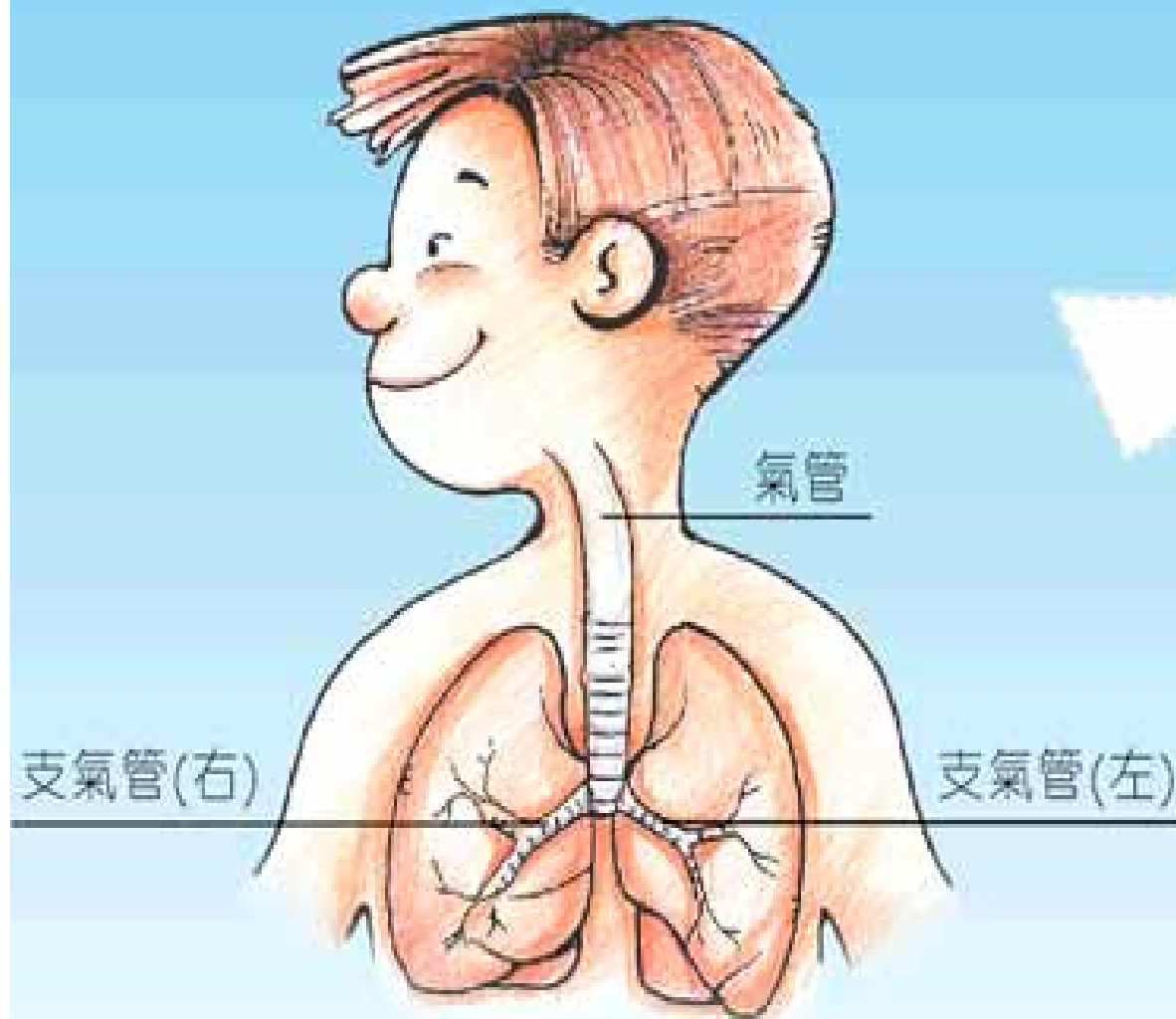


支氣管壁  
肌肉收縮

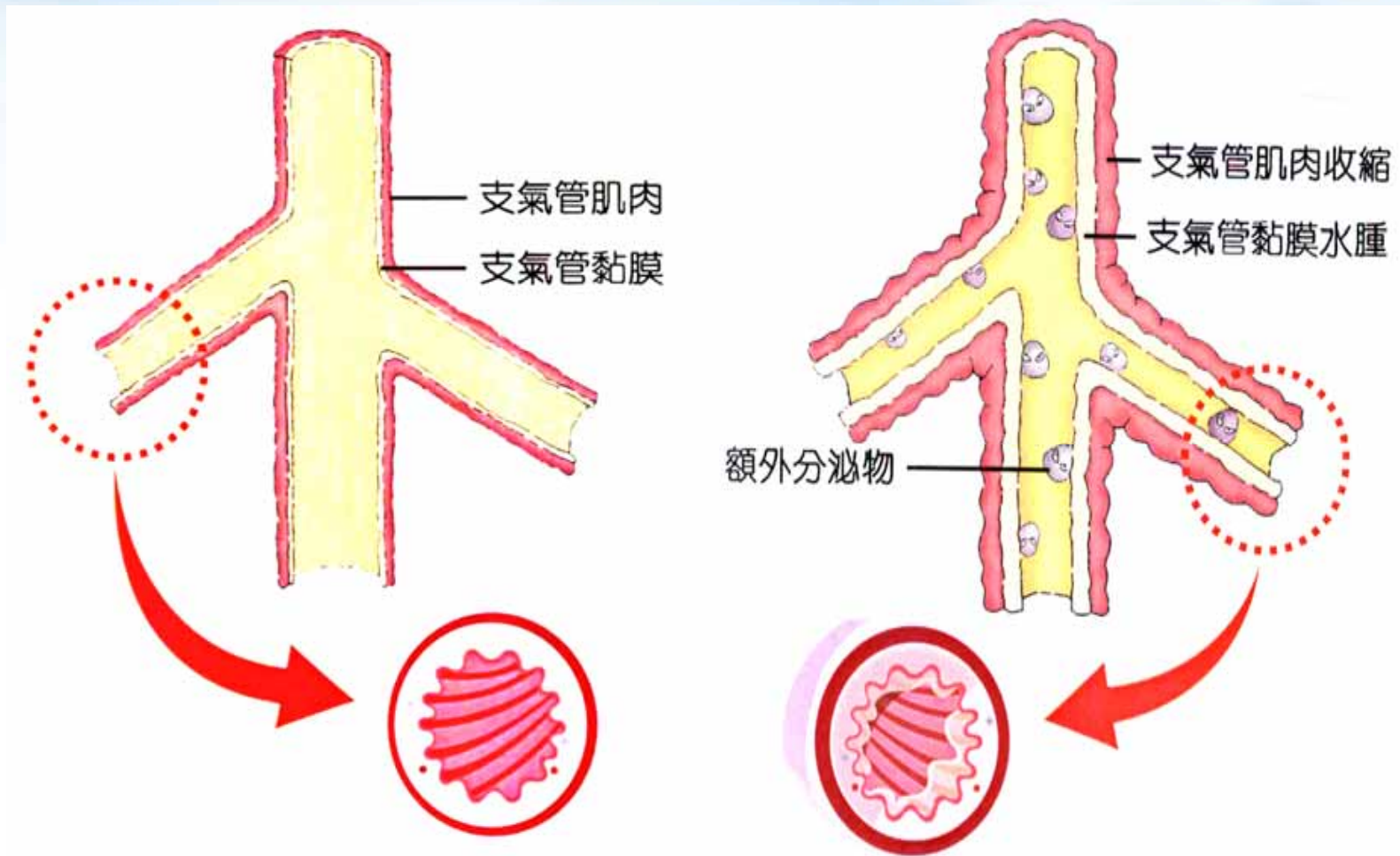
支氣管壁  
發炎及腫脹

積聚痰

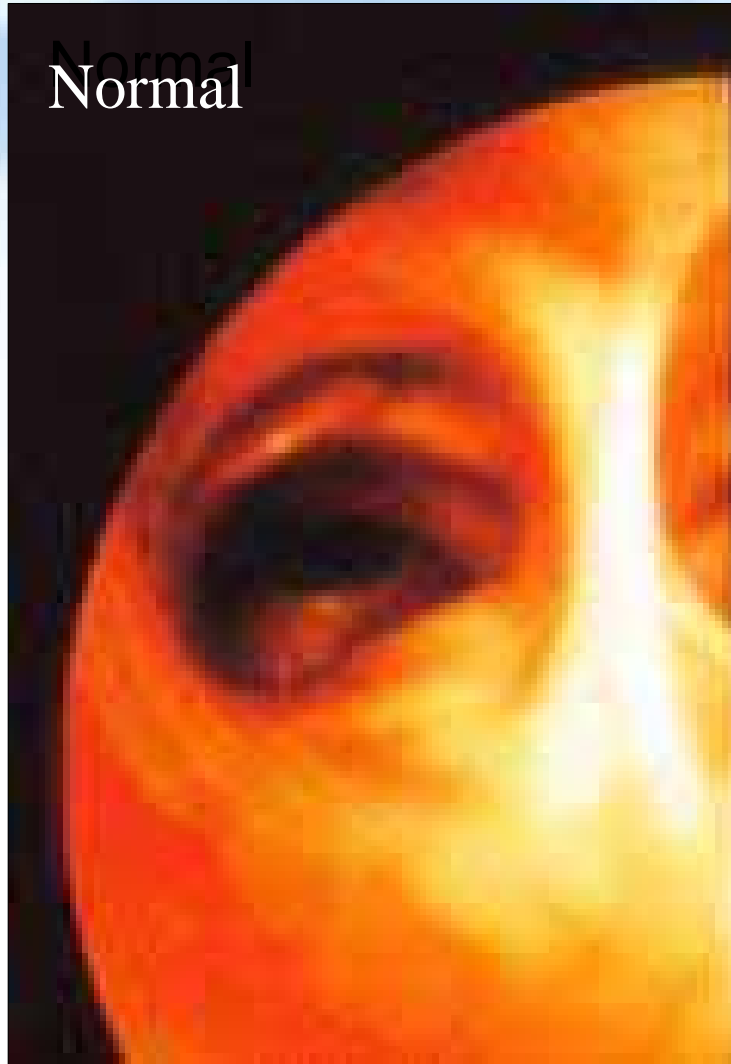
氣流阻塞，呼吸困難



# 什麼是氣管敏感/哮喘?



# 支氣管鏡檢查圖片



# 氣管敏感與哮喘病徵



持續咳嗽,尤其轉天氣或運動後,情緒激動如開心大笑時也會咳



睡眠期間被咳醒

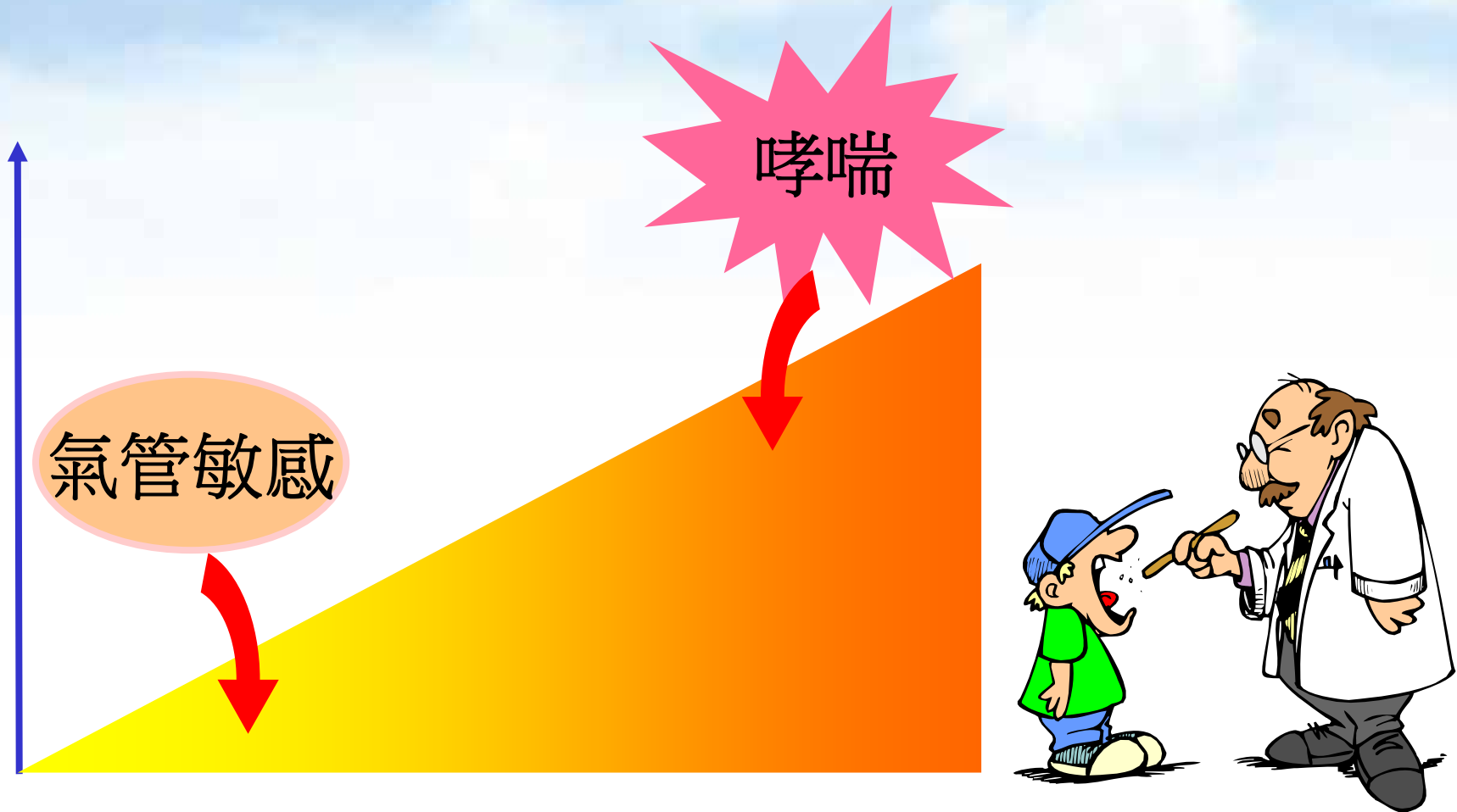


聽到喘鳴  
He He聲



呼吸困難  
及胸悶的  
感覺

“及早醫治氣管敏感  
可以避免演變成為哮喘”



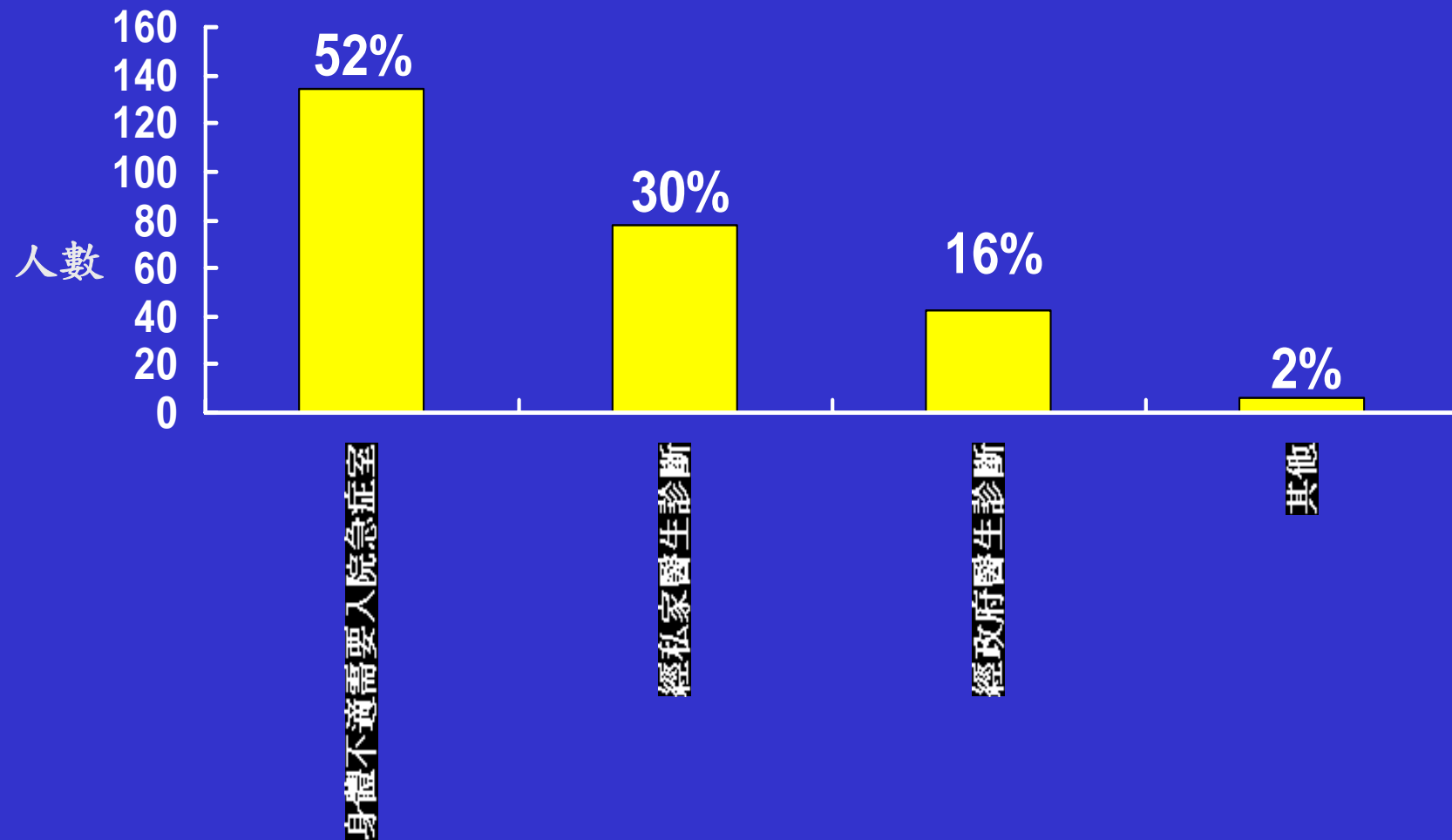
# 香港哮喘病發率

跟據本港研究統計:

- 成年人 - 約5-15%
- 兒童 - 約15-20%

其中每年有70-90人死於哮喘病發，其中有二、三十人是死於精壯之年。

# 多於半數家長在子女病發入院後，才知道孩子患上哮喘病



# 哮喘病常見的徵狀

應當留意孩子在沒有感冒時，是否有以下情況出現：

- \* 體能活動，如跑跑跳跳後會咳
- \* 飲汽水或食雪糕後會咳
- \* 於晚上或凌晨時份咳醒
- \* 覺得胸口有壓力
- \* 醫生診斷兒童患有「氣管敏感」
- \* 持續咳嗽數星期以上，很難斷尾



# 如何診斷哮喘病

- 臨床病徵
  - 對氣管舒張劑的藥物反應
  - 肺活量誘發測試
- \* 哮喘病病童未必有氣喘或喘鳴的徵狀

# 氣管敏感/哮喘要重視

- 可以由輕轉重
- 不可輕視咳嗽
- 及早醫治可有效預防及減少病發次數

# 氣管敏感/哮喘的成因

- 遺傳因素



- 誘發因素

# 常見誘發哮喘的因素

運動



天氣轉變



情緒



空氣污染



刺激物



傷風感冒



蟑螂



動物



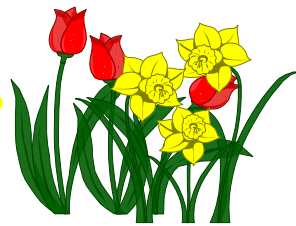
# 常見誘發氣管敏感/哮喘的因素

- 病菌(傷風/感冒)
- 致敏原
- 環境刺激
- 情緒波動



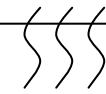
## 致敏原如：

- 塵璊
- 動物毛屑
- 花粉
- 霉菌
- 蟑螂

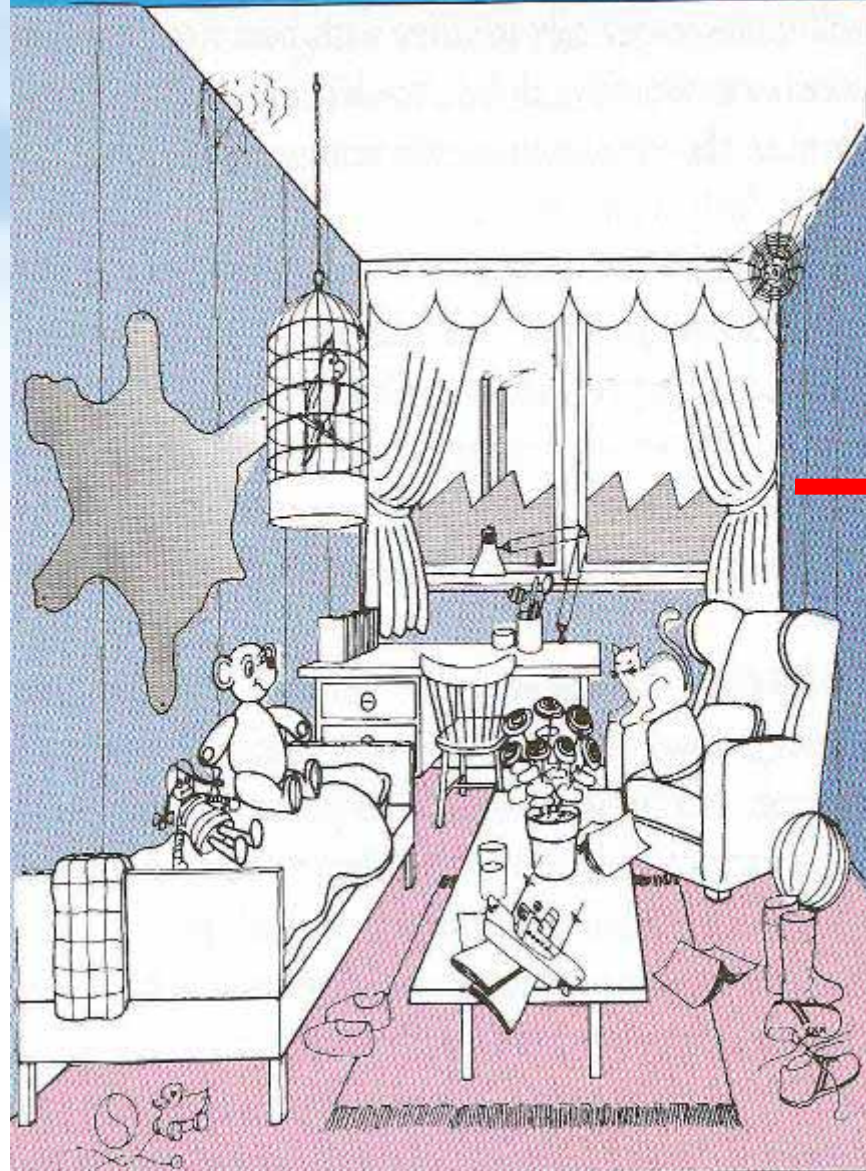


## 環境刺激：

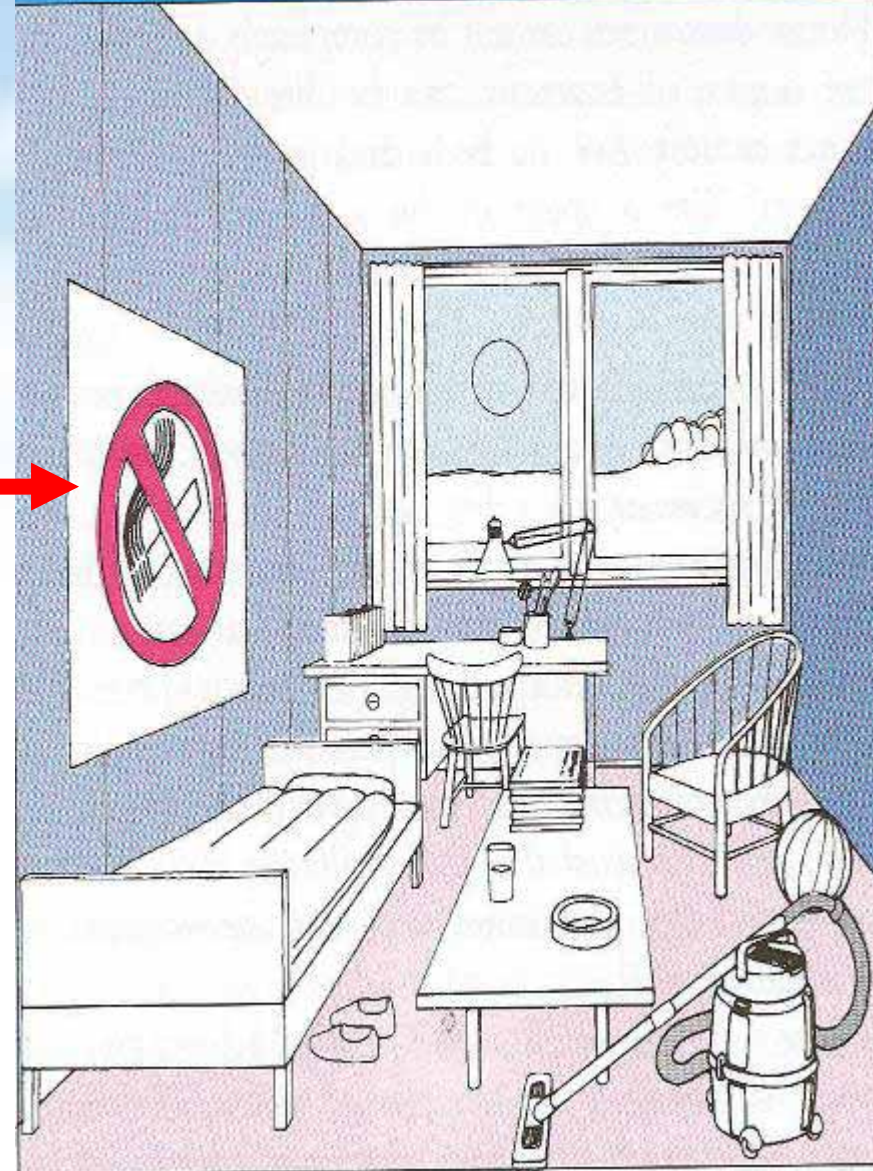
- 煙霧
- 香燭
- 強烈氣味
- 氣溫轉變



**Bedroom before avoidance programme**



**Bedroom after avoidance programme**



## 怎樣預防哮喘和其他敏感病

- 減少接觸吸入的致敏原
- 避免吸入煙草〔包括二手煙〕
- 以母乳喂哺初生嬰兒
- 較遲才開始進食容易致敏的固體食物〔如花生、果仁〕
- 避免使用易致敏的藥物如阿士匹靈
- 使用低敏奶粉

# 怎樣預防哮喘和其他敏感病

- 適當運動—每天約30分鐘，如慢步、游泳、打高爾夫球等。
- 排除家居污染
- 保持室內乾爽，減少  
    霉菌及塵埃璠的滋生
- 保持理想空氣濕度
- 妥善清理寵物的毛屑
- 保持室內清潔，定時打掃





# 哮喘藥物



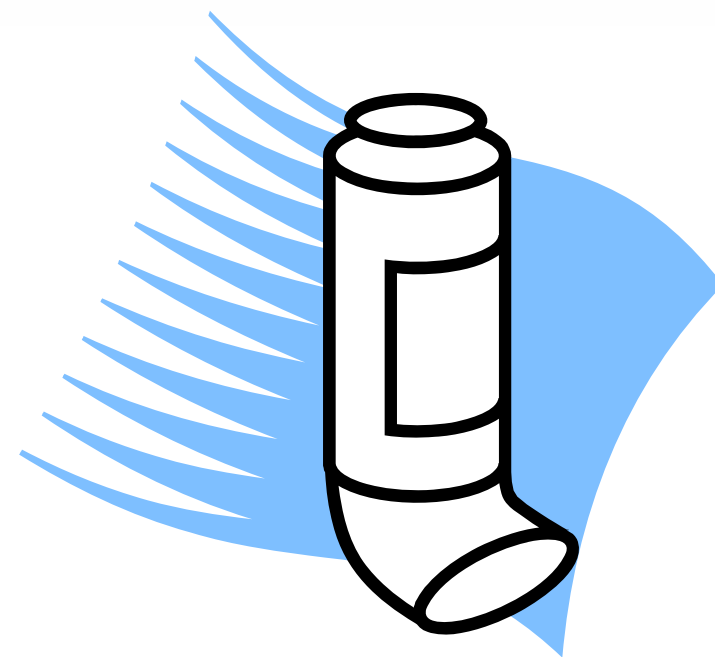


# 氣管敏感 / 哮喘藥物

- 藥物主要分兩大類：
  - 快速舒張藥物：(急救藥物) 在病發時, 快速舒緩氣喘及胸口壓迫的情況, 令呼吸回復暢順
  - 長期管理藥物：控制病情、防止惡化；這是「治本」的藥物主要作用為替支氣管消炎及減低氣管敏感；哮喘患者在沒有發病時亦需依循醫生指示服用

# 快速舒張藥物

- 在病發時，快速舒緩哮喘發作的徵狀，能舒緩氣喘及胸口壓迫的情況，令呼吸回復暢順。
- 此類藥沒有抗炎作用，不應過份依賴而忽略用抗炎藥物



# 長期管理藥物

## 白三烯素阻斷劑 LTRA：

此類藥物不含類固醇

- 作用為阻止身體在接觸致敏原後產生的化學物質——「白三烯素」發揮作用，防止氣管腫脹、收縮及分泌物增加，抑制敏感反應
- 口服式、兒童劑量有果汁味
- 副作用極少，安全、不影響生長
- 對鼻敏感亦有效



# 長期管理藥物

## 類固醇 Steroid: (輔舒酮)

- 口服或吸入兩類
- 有抗炎作用
- 須定時觀察兒童之身高及體重
- 跟服用或吸入類固醇的劑量有很大關係
- 平衡含類固醇藥物對治療哮喘的效用與副作用



# 長期管理藥物

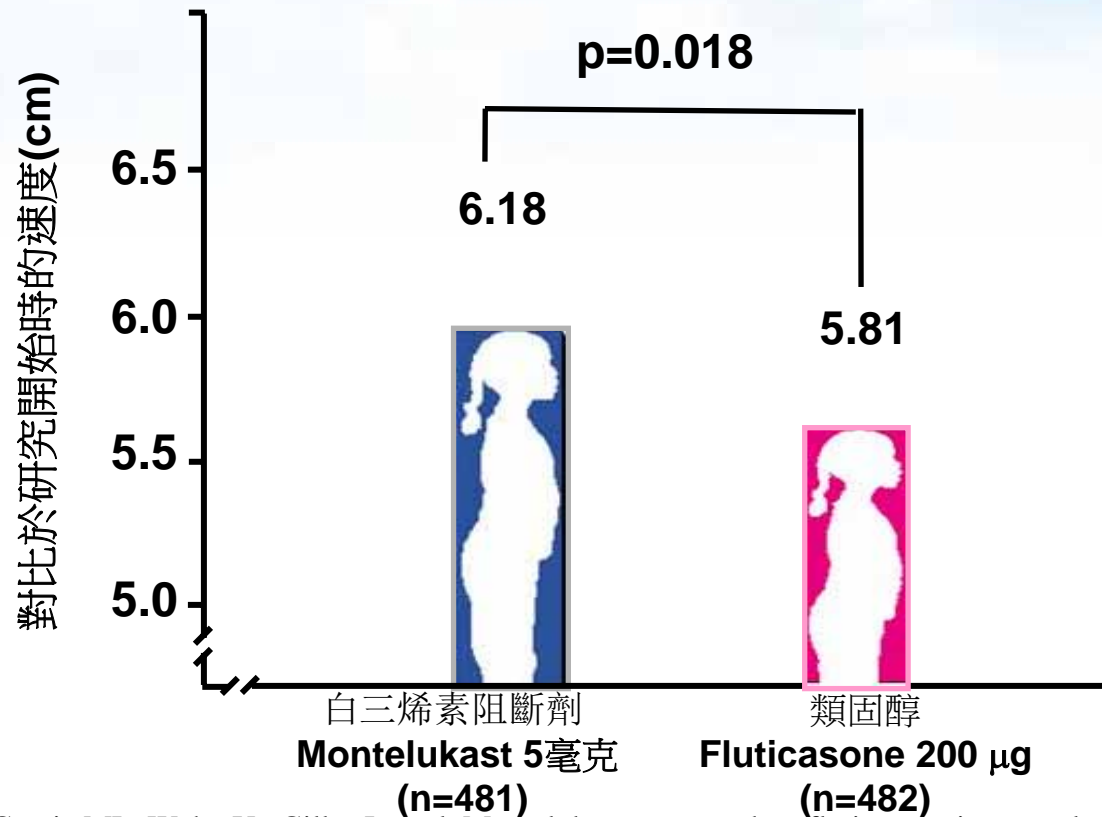
## 吸入類固醇+長效氣管舒張劑 Steroid + LABA:

- 有抗炎作用
- 不能取代快速舒張藥物
- 需注意劑量
  - 400ug 以上可能影響生長
- 分量只是口服的1-5%
- 以兒童為對象的研究數目不多
- 容易染上口腔念珠菌感染



# 哮喘藥－預防藥物

- 在一個新的十二個月研究中,白三烯素阻斷劑 (Montelukast) 一組中的兒童生長速度較快



Adapted from Garcia-Garcia ML, Wahn U, Gilles L et al. Montelukast compared to fluticasone in control of asthma in 6 to 14 year old patients with mild asthma: The MOSAIC study. Pediatrics 2005;116:360-369

# 哮喘禁忌

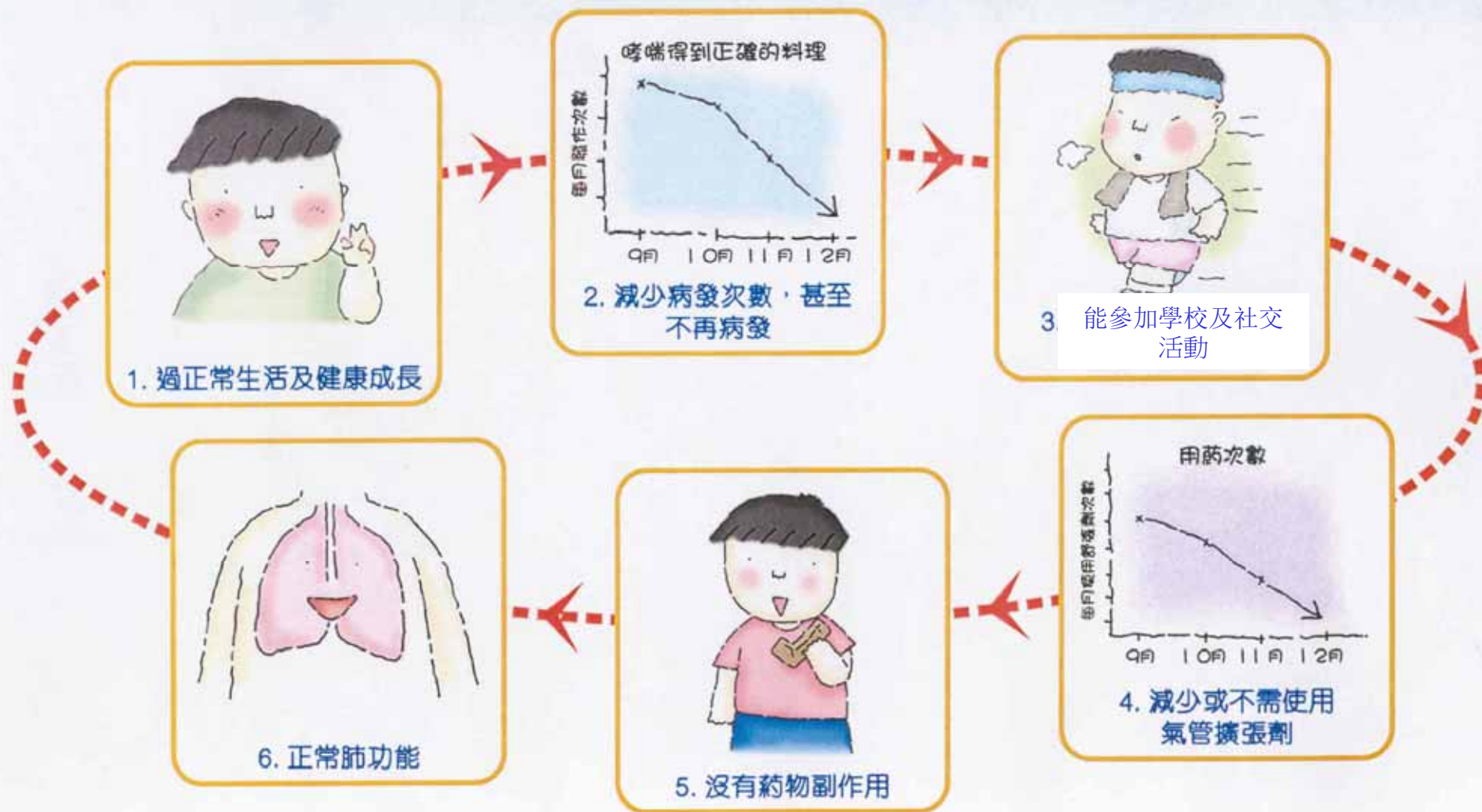


- 病人拒絕接受患有哮喘的事實
- 不照醫生指示按時服藥
- 病徵不明顯時自行停藥
- 過份依賴快速舒張藥物，而不定時用預防藥物





# 治療目標



# 控制氣管敏感/哮喘小貼士



不可輕視常復發  
或持久的咳嗽



及早找醫生處  
理氣管問題

# 總結

- 哮喘與鼻敏感同屬一條氣管的炎病, 並有密切的連繫, 應一同處理
- 不可輕視常復發或持久的咳嗽
- 給與醫生時間觀察, 從而作出正確的診斷
- 正視哮喘, 不要逃避
- 不必因患有哮喘而刻意改變日常活動, 只要生活得健康, 哮喘病患者與正常人並無分別
- 其實很多奧林匹克運動會的獎牌得主本身都患有哮喘