

慢性阻塞性肺病 (COPD) 「冬令殺手」

蘇潔瑩醫生

東區尤德夫人那打素醫院
內科部 呼吸科 副顧問醫生

慢性阻塞性肺病(COPD)

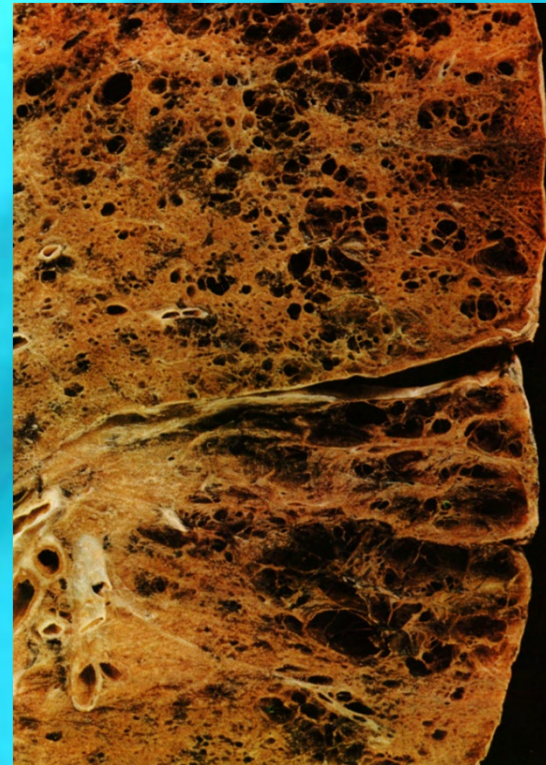
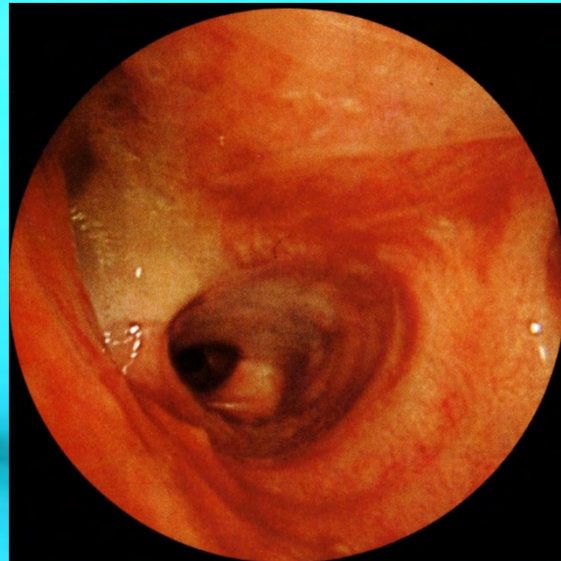
慢性阻塞性肺病簡稱「慢阻肺病」，主要包括慢性支氣管炎和肺氣腫兩種情況。患者的呼吸道受阻，以致氣流不暢順，感覺呼吸困難。

慢阻肺病十分常見。由於早期病徵並不明顯，往往在診斷時，病情已經步入中期至晚期。

為什麼慢性支氣管炎及肺氣腫會阻塞呼吸道？

- 慢性支氣管炎

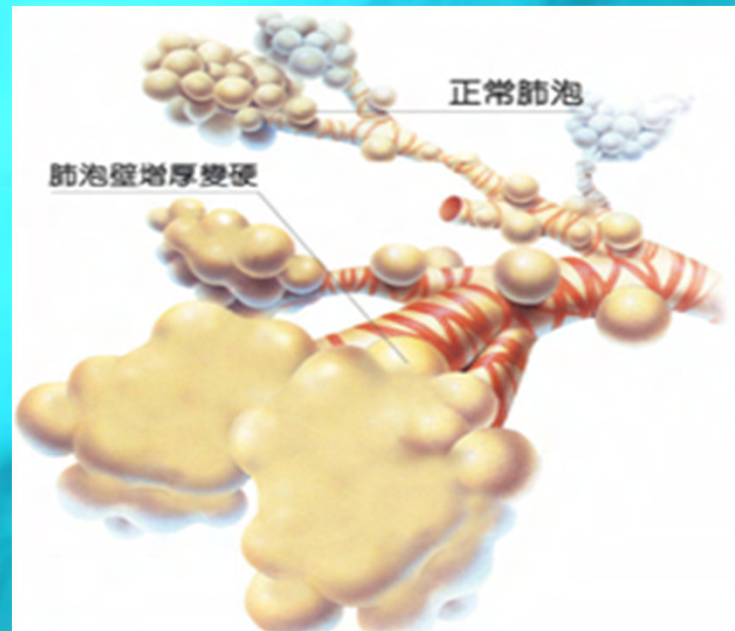
氣管長期受刺激及發炎，內膜腫脹及有痰液黏於管內，阻塞氣道。



為什麼慢性支氣管炎及肺氣腫會阻塞呼吸道？

- **肺氣腫**

肺部受到長期刺激，支氣管及氣泡經常發炎，肺氣泡受到破壞，影響換氣功能。



導致慢阻肺病之因素

- 外因:

- 長期吸煙

- 長期吸入二手煙

- 空氣污染/室內污染

- 於工作環境長時間吸入煙塵及化學物

- 煮食爐或暖爐產生的煙霧

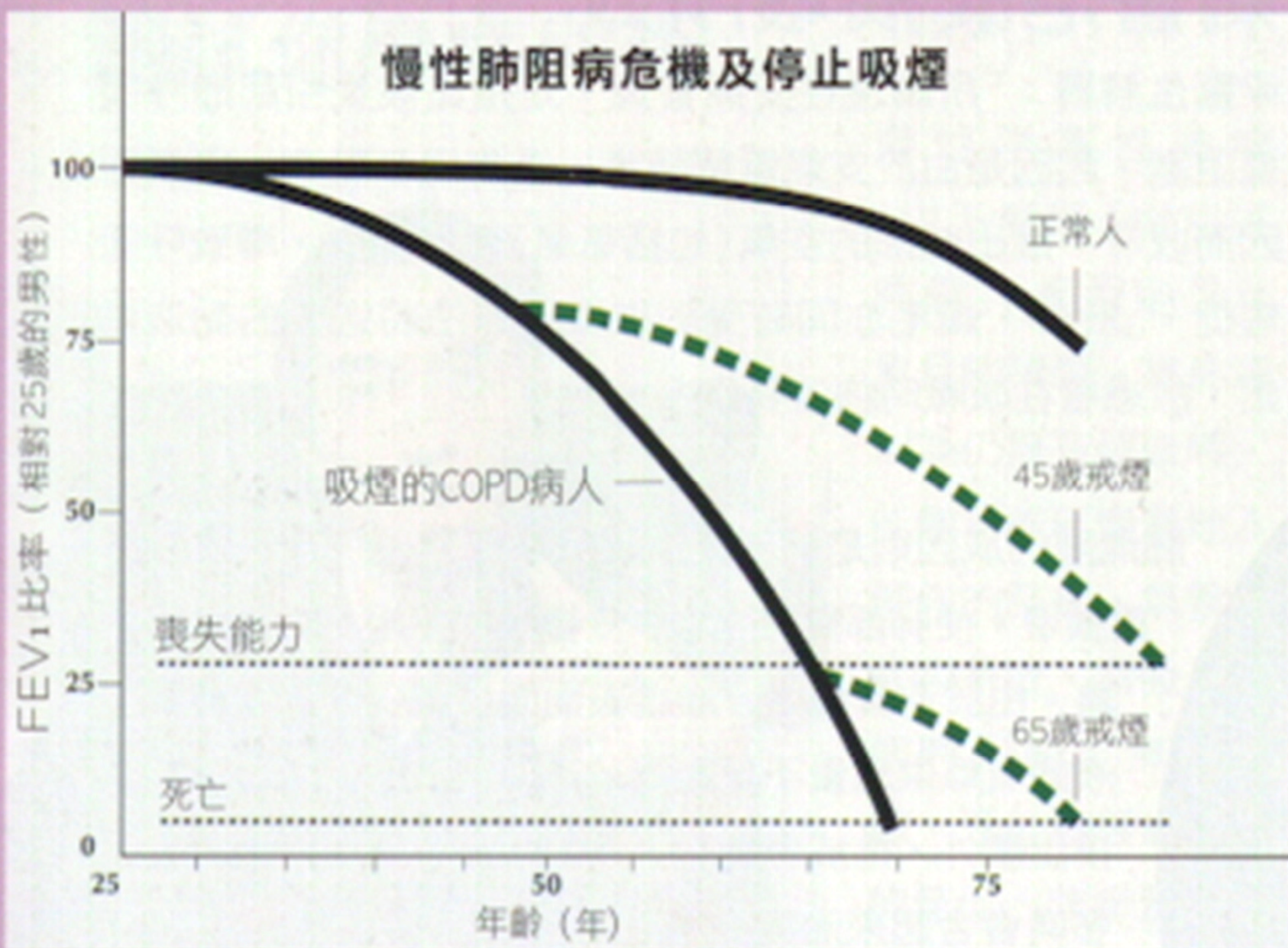
- 內因:

- 呼吸道過敏

- 先天性缺乏 α_1 -抗胰蛋白酶 (α_1 -antitrypsin)



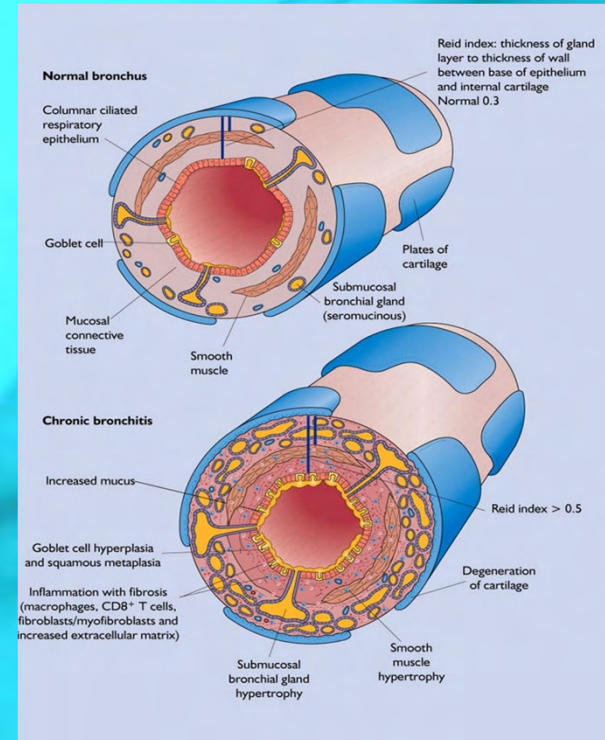
慢性肺阻病危機及停止吸煙



慢阻肺病的徵狀

- 咳嗽及多痰:

由於氣管的病變，例如支氣管壁腫脹及氣管平滑肌收縮，加上黏液腺肥大以致分泌增加，患者經常咳嗽及多痰。



慢阻肺病的徵狀

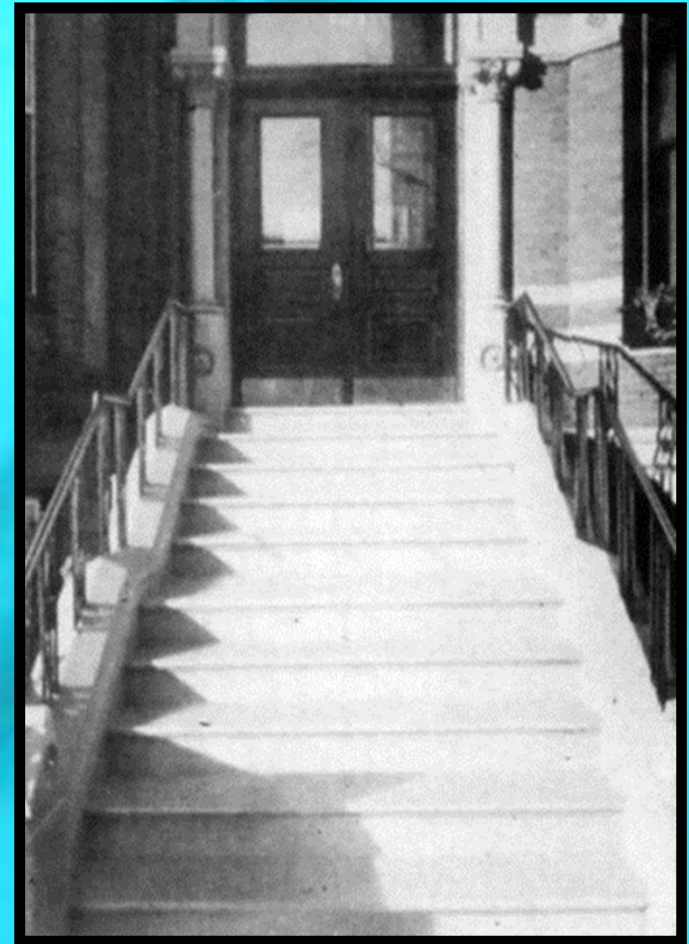
- **氣喘**

氣促會隨肺功能的退化愈趨嚴重，影響患者的日常生活。

在空氣質素轉差或有急性支氣管炎的時候，慢阻肺病的病徵會表現得更為嚴重。

經常性氣促，在體力勞動時情況更甚。

- **體力及活動能力下降**



慢阻肺病的徵狀

- **慢阻肺病的早期病徵並不明顯:**

隨著肺功能日益受損，中、晚期患者會出現氣促、活動能力下降甚至缺氧的情況。

- **當病發時肺功能已失去一半:**

值得注意的是肺部組織及功能受損後並不能完全復原，因此慢性阻塞性肺病不能徹底根治。

- **病情會趨嚴重以至呼吸衰竭或死亡:**

所以治療方向主要是，幫助病人控制病情，減低併發症風險。

請勿延誤病情

- 誤解

- 很多患者以為只是年紀漸大的老人咳嗽。
- 長期吸煙的必然毛病，沒甚麼特別。
- 病徵最初與一般傷風無異。
- 最後，經過一段時間，感冒患者還會經常咳嗽而有痰，久久不能痊癒，呼吸會愈來愈困難。

慢阻肺病的嚴重性

- 當發病時肺功能已經失去一半
- 很多病人要經常入院治療
- 影響病人的起居飲食
- 病情嚴重時需要永久性戴備氧氣以助呼吸
- 可以導致殘疾或提早死亡



慢阻肺病影響個人、家庭及社會

- 全球每年有近三百萬人死於慢阻肺病
- 根據世界衛生組織資料，慢阻肺病是全球第四大殺手病，排名僅次於心臟病發、中風及急性肺炎
- 死於慢阻肺病的人數較癌症為多，並與死於愛滋病的人數相同

本港第四大殺手病

- 每年有超過3萬5千人次需入院治療，佔總入院人次的3.7%，亦佔內科住院病人的10%
- 每年因此而死亡的約有2千人
- 本港第四大致命殺手病, 僅次於心臟病、癌症及中風
- 10萬人病情屬中度嚴重，還沒有接受任何醫療診治

(2000-2003香港肺功能研究計劃)

慢阻肺病的診斷

1. 病歷
2. 病徵
3. 肺功能測試：

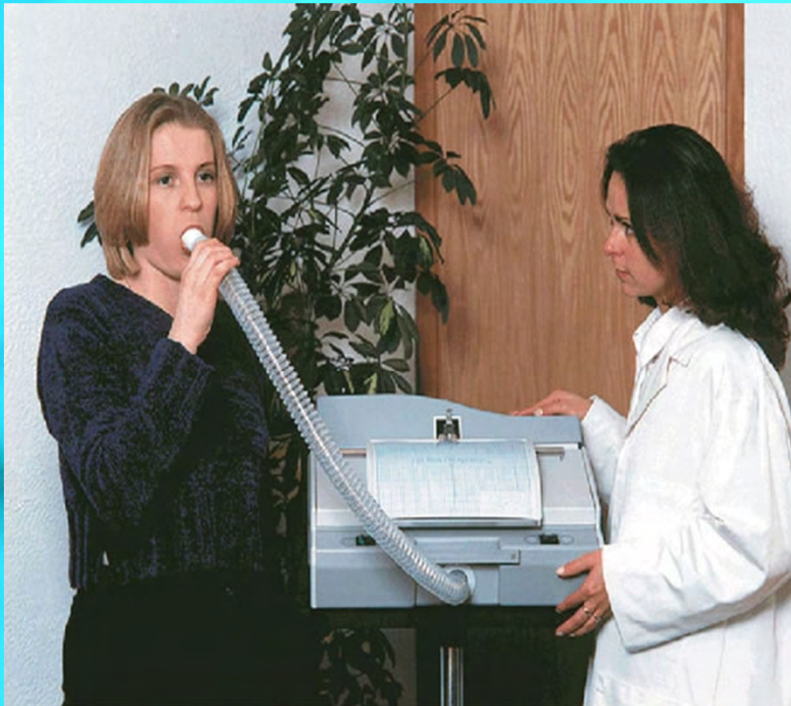
常用指標：一秒用力呼氣量

FEV₁ (Forced Expiratory Volume in 1 Second)



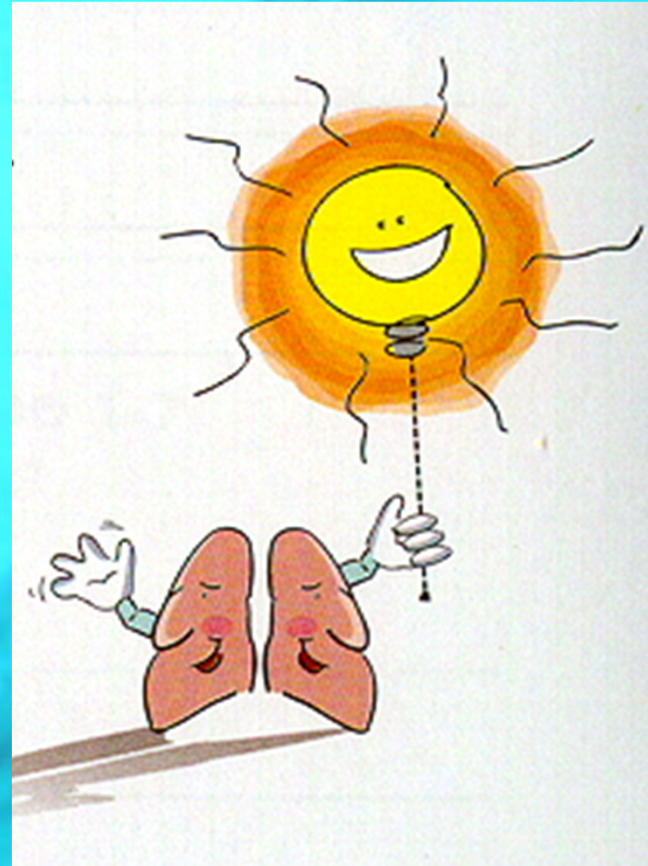
肺功能測試

- **測試肺部阻塞的程度**
 - 量度由肺部排出的空氣有多少及多快。
 - 病患者的肺功能比一般人的肺功能的下跌速度快3倍。
- **警戒線**
 - 明顯低過正常肺氣量的百分之八十 (如果是病者，相對於同齡的男女，其吹氣會明顯較差)
- **過程簡單**
 - 一吹即知
- **與X光片之分別**
 - 排除肺癌或肺癆。



慢性阻塞性肺病的治療目的

- 舒緩徵狀
- 減輕疾病繼續惡化
- 改善生活質素
- 減緩肺功能的下降



慢阻肺病 (COPD)的治療

- 戒煙:

- 戒煙可減輕慢性阻塞性肺病患者咳嗽和痰多的情況，亦可延緩病情惡化。
- 如有需要，患者可接受輔導及/或藥物治療以協助戒除煙癮。



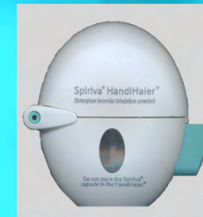
慢阻肺病 (COPD) 治療

- 藥物

- 氣管擴張劑：

可放鬆氣管肌肉，擴張氣管，舒緩病情。氣管舒張劑分口服及噴霧式兩種。

噴霧式吸入劑能直接滲入氣管，如果吸入方法正確，所需劑量相對口服氣管擴張劑少，可減輕藥物帶來的副作用，如心跳、手顫、失眠、頭痛、口乾、肌肉抽筋等。



慢阻肺病 (COPD) 治療

- 藥物

- 類固醇：

可抑制患者發炎情況，並不是所有病人用後情況均有改善。長期使用口服類固醇可帶來免疫力下降、骨質疏鬆等副作用；而使用噴霧式類固醇則有聲音沙啞、咽喉受念珠菌感染等，但全身性的副作用則較口服少得多。



慢阻肺病 (COPD) 治療

- 藥物

- 抗生素:

醫生會處方藥物予受細菌感染的患者，以控制病情。

- 化痰素:

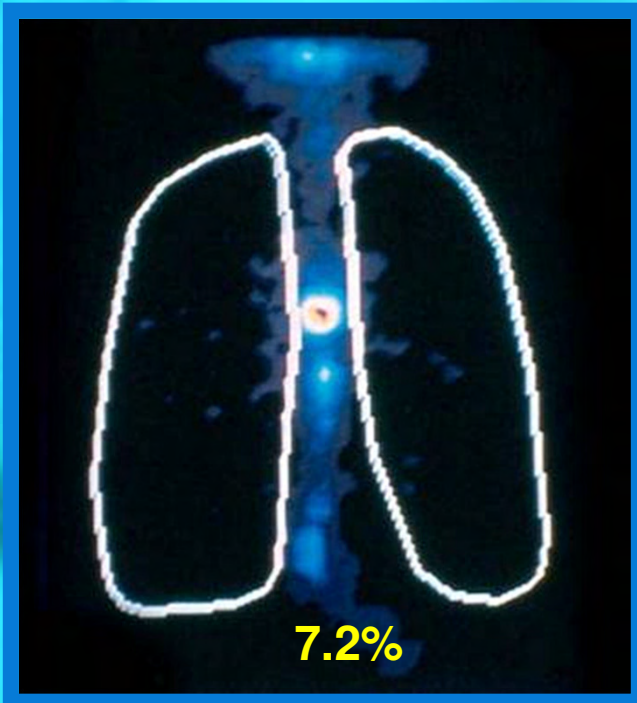
能有效地幫助排出頑痰。



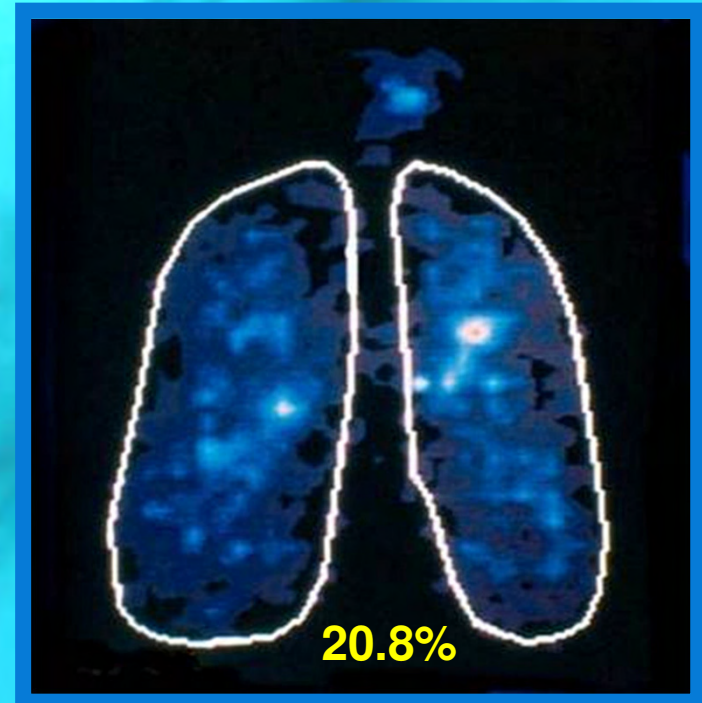
吸入式藥物的優點

- 有效快速地將足夠的藥物直接帶進肺部。
- 減少對其他器官產生副作用。

不正確藥物吸入



正確藥物吸入



噴霧劑助吸器的優點

- 更多藥物直達肺部深處。
- 減少藥物在咽喉部位沉積，並減低產生局部副作用如口腔潰爛的機會。
- 專業設計，使用時無需特殊技巧，只需配合呼吸動作便可。
- 適用於不同商號的噴霧劑，除可減低醫藥開支外，更方便一些需要吸入多種噴霧的病人。



錯誤使用吸入器的後果

- 進入肺部的藥物不足。
- 藥物不能發揮效用。
- 氣管無法迅速擴張。
- 氣促和呼吸困難的症狀持續。



慢阻肺病的其他治療方法

- 氧氣治療

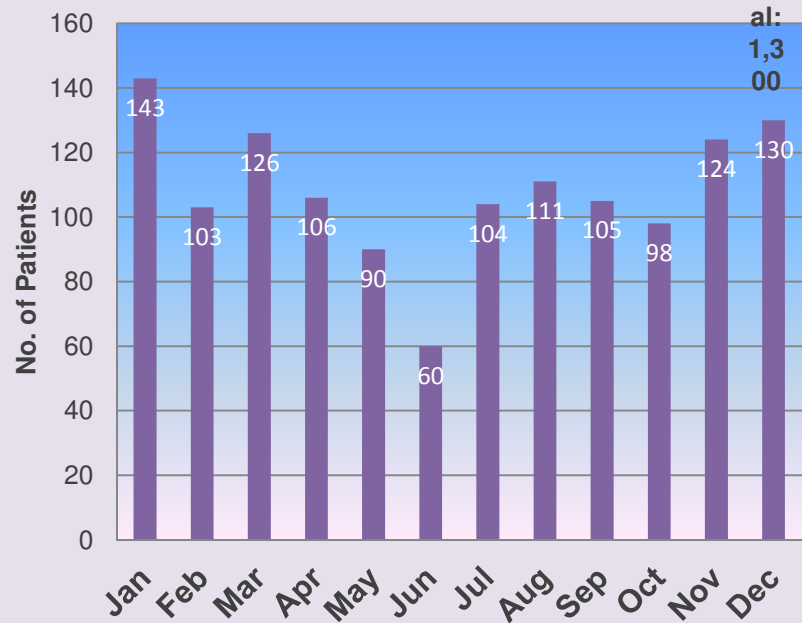
可改善病患者缺氧情況



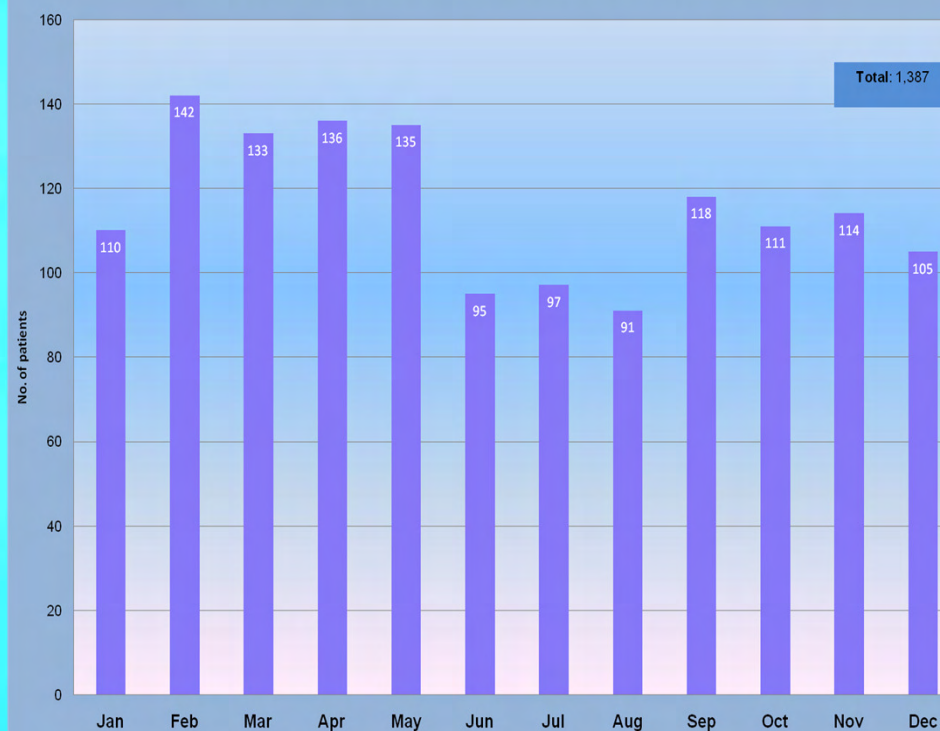
慢阻肺病的其他治療方法

- 物理治療： 參加胸肺復康運動
- 職業治療：
- 適量的運動：
緩和運動，例如散步等，
有助提高心肺功能。

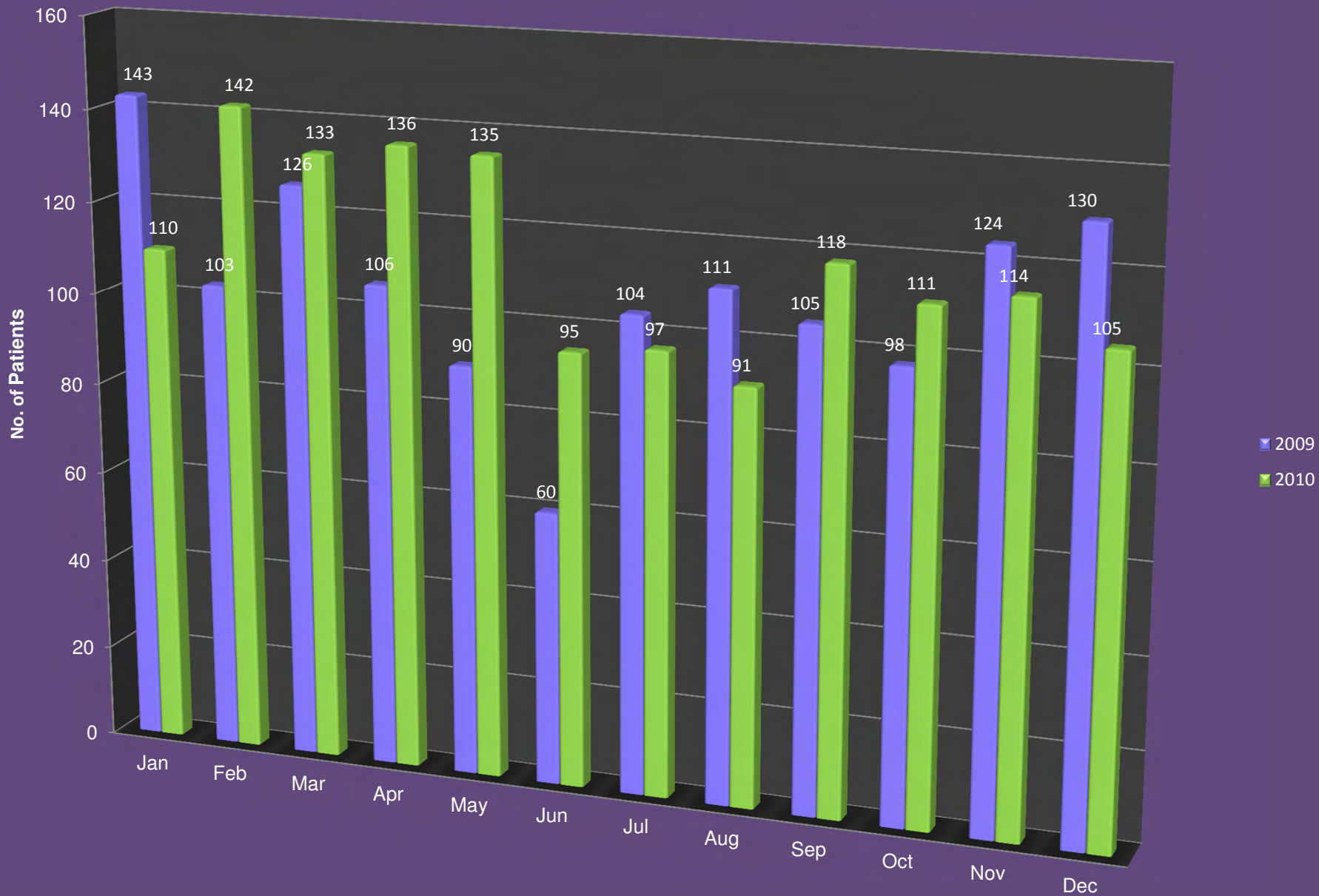
Statistics of COPD Admission Record 2009



Statistics of COPD Admission Record 2010



Statistics of COPD Admission Record (2009 & 2010)



慢阻肺病與流行性感冒

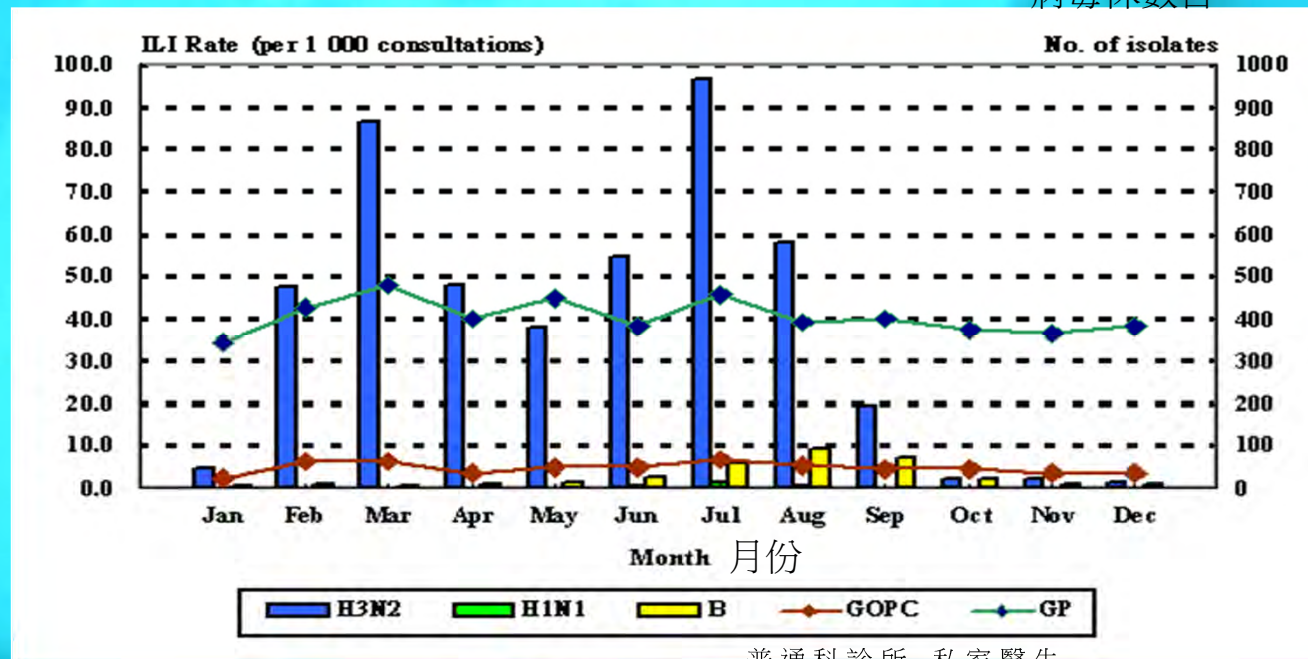
- 流行性感冒，簡稱流感，是通過呼吸道傳染的疾病。病徵包括發燒、頭痛、肌肉痛、流鼻水，喉嚨痛及咳嗽，病情一般持續數天至一周不等。

慢阻肺病與流行性感冒

在香港，流感於一至三月及七至八月較為常見

求診比率 (每1000個診症)

病毒株數目



普通科診所 私家醫生

二零零四年流行性感冒病類求診比率及分離出流行性感冒病毒株的數目

慢阻肺病與流行性感冒

- 引起流行性感冒的病毒很多，以甲類較為普遍，其中各病毒按結構成份劃分。在香港，最常見的是甲型H 1 N 1型，甲型H 3 N 2型，及乙型流感。流感的高峰期一般在每年一至三月及七至八月較為常見。
- 所以患有**慢性阻塞性肺病**的病人，應該每年**注射流行性感冒疫苗**，以減低出現併發症及死亡率。

慢阻肺病 (COPD)的治療

- 注射流行性感冒疫苗：
 - 可減低病情惡化及死亡率達五成。
 - 必須每年接受注射。
 - 每年一次(秋季)或二次(秋冬季)。

如何協助病發中的慢阻肺病人？

- 暫停進行中的活動。
- 採用呼吸較佳的身體位置。
- 嘗試放鬆及與他一起慢慢呼吸。
- 提醒病者使用**氣管擴張劑噴霧**。
- 轉移他的注意力: 例如講其他事情給他聽。
- 給予精神上的支持與鼓勵。
- 觀察症狀的轉變。
- 按情況送病者回家或往醫生處診治。
- 如果氣促情況仍未改善，請即求診急症室。



慢性阻塞肺病病患者應緊記

- 戒煙
- 每年注射流感疫苗
- 準時及正確服用藥物
- 有氣喘、呼吸困難、痰多咳嗽等徵狀時應立即去看醫生
- 不應延誤傷風、感冒等氣管毛病的醫治



慢性阻塞肺病病患者應緊記

- **均衡營養:**

少吃刺激性食物如太冷或太熱的食物，減少因喉嚨受刺激而引起咳嗽；奉行低鹽、低脂、高纖飲食，減低對心臟及腎臟的負擔及增強肺部健康。

- **適量運動:**

運動可鍛鍊病人的體能及耐力，但病人要因應個人情況量力而為。如有需要，應向醫生及物理治療師查詢。



慢性阻塞肺病患者應緊記

- 充足睡眠
- 處理好情緒
- 積極人生觀



你有慢阻病嗎？

試察看看你有否以下的徵狀：

- € 你是否吸煙人仕或以前曾經吸煙？
- € 你是否每天都咳嗽幾次？
- € 你是否每天都有痰？
- € 你是否已經超過四十歲？
- € 你是否較同年紀的人容易喘不過氣來？

如果你年過**40**歲及有超過多項



那你極可能患上

慢阻肺病

(慢性阻塞性肺病)

(COPD)

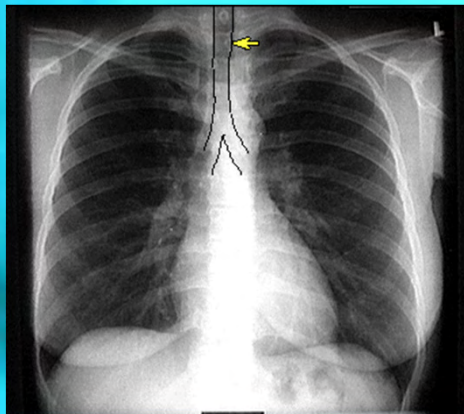


age 40-50

50-55

55-60

60-70



A microscopic image of plant cells, showing cell walls and internal structures, overlaid with a cyan color. The text "題問時間" is centered on the image.

題問時間



IT'S A MATTER OF
BREATH AND DEATH!

Thank you!