

# 注意!

## 11月19日是世界慢阻肺日 冬季高发慢阻肺



进入冬季后,随着天气越来越冷,加上空气干燥等因素,慢性阻塞性肺疾病(简称慢阻肺)的发病率呈上升趋势。笔者在采访中了解到,该病是一种严重影响患者生活质量的呼吸系统慢性疾病,咳嗽、咳痰、气喘、呼吸困难等一系列临床症状时刻威胁着患者的生命健康。

“据统计,慢阻肺已经成为全球第四大致死疾病,我国慢阻肺的发病率高达9.5%。”市第一人民医院呼吸内科主任李建会说,虽然随着生活水平的提高,人们对疾病的防治意识明显增强,但从现实情况来看,慢阻肺的发病率却在逐年上升,形势十分严峻。本周三是世界慢阻肺日,笔者以此为契机,走访了我市相关呼吸内科专家,听他们说说慢阻肺那些事。

11月14日,市区体育路上,两位市民一边抽烟,一边聊天。

据医疗部门统计,近年来慢阻肺的发病率呈急剧上升趋势,很多慢阻肺都是由吸烟引起的。积极倡导戒烟,降低不吸烟人群遭受被动吸烟的概率,可以有效降低慢阻肺的发病率。  
本报记者 李英平 摄

咳嗽、咳痰久不见好  
检查结果竟是慢阻肺

“最近下楼买菜,回来爬个楼梯都要喘半天,明显感觉自己的身子骨不如以前了。”近日,市民刘女士赶到市第一人民医院呼吸内科做检查,当被确诊患有慢阻肺时,她感到十分诧异。

据刘女士介绍,进入10月份以来,她便不停地咳嗽、咳痰,一直当成感冒治疗。没想到最近几天咳

嗽、咳痰的症状不但没有缓解,还出现了呼吸困难的情况。她赶到医院做完检查后,这才知道自己患上了慢阻肺。“慢阻肺病人早期以咳嗽、咳痰居多,由于症状并不明显往往容易被忽视。随着病情加重,患者活动后会逐渐出现呼吸困难,病情处于不可逆转的状态,此时对疾病的诊断和治疗都会受到

很大影响。”李建会说。

“及早发现慢阻肺的发病诱因,对减缓慢阻肺的发病进程、提升人体的运动耐量进而提高患者生活质量有重要作用。”为此,李建会提醒,日常生活中应定期到正规医院做专门的肺功能检测,及早发现肺部和呼吸道可能存在的病变,做到防患于未然。

45岁以上“烟民”定期检查  
以便早期发现慢阻肺

“慢阻肺患者除了要要及时就诊外,远离烟草也是十分重要的。”中国平煤神马医疗集团总医院呼吸科主任王东昕告诉笔者,吸烟是慢阻肺的一个主要致病因素,它对人体的危害是一个由量变到质变的过程,往往吸烟二三十年以后才会完全表现出来。

近日,75岁的胡大爷便因无法戒掉的烟瘾而导致慢阻肺的急性加重。“50年的吸烟史终于让我遭到了报应。”正在该科住院的胡大爷面容消瘦,说起长达50年的抽烟史,他很后悔。此外,据王东昕介绍,慢阻肺还是一种全身性疾病,因常年吸烟导致慢阻肺或慢阻肺急性加重的患者大多具有

体重下降、食欲减退、外周肌肉萎缩、精神抑郁或焦虑等,严重影响正常生活。

因此王东昕建议,对于慢阻肺以及有高危险因素的人群如45岁以上的长期吸烟者,应重视咳嗽、咳痰等症状并及时就医,定期进行肺功能检查以便早期发现慢阻肺并及时予以干预。

留心慢阻肺急性加重信号  
谨防并发症突然降临

笔者在市第一人民医院呼吸内科采访时了解到,近日因慢阻肺急性加重被送进医院的病人增加了许多。“除了吸烟这一导致慢阻肺的主要因素外,雾霾等粉尘颗粒造成的空气污染、反复的呼吸道感染都会增加患慢阻肺和慢阻肺急性加重的风险。”李建会说。

近日,家住市区的侯大爷便

因入冬以来反复受凉、感冒导致了慢阻肺的急性加重。由于严重的意识障碍和重度昏迷,侯大爷被医院确诊为慢阻肺合并肺性脑病。“慢阻肺患者每一次的急性加重都可能造成病情严重恶化,有时还可能出现气胸、肺性脑病、心功能衰竭等严重并发症,增加了死亡风险。”李建会说。

“长期的慢阻肺病人若突然出现呼吸困难、气促等症状,一定要考虑是否有肺心病、气胸等并发症的问题;在寒冷的冬季一定要注意自身保暖,防止感冒、发烧等诱使慢阻肺的急性加重;要经常开窗通风,保持室内空气质量的清洁;多做呼吸功能锻炼如缩唇呼吸训练等。”李建会特别提醒。

慢阻肺患者  
最怕不规范用药

“相当一部分慢阻肺患者通过长期规范化用药,能够有效控制病情的发展。”然而,李建会告诉笔者,门诊上由于不规范用药导致慢阻肺急性发作的患者也有很多。

58岁的王先生是慢阻肺患者,通过长期用药病情一直控制良

好。但最近停药让他没少吃苦头。“这几年病情一直控制得不错,所以最近我就把药停了,没想到一停药,就出事了。”据悉,王先生因停药导致病情反复加重,最终住进了医院。“有些病人认为出现发病症状再去吃药就行了,其实慢阻肺也是一种慢性病,像糖尿病、高血

压一样,需要长期规范用药才能有效控制。”李建会解释道。

李建会呼吁处于稳定期的慢阻肺患者,应该在专科医生的指导下坚持长期规范化用药,以减轻气道狭窄程度,提高通气功能,减少慢阻肺急性加重的发生。

(付春晖 牛哲)

## 导读

美国研究发现  
好心态抗衰老  
比运动6个月有效 [03]

美国科学家  
发现“致笨”病毒 [03]

声音嘶哑当咽炎治  
检查结果竟是喉癌 [04]

七种食物  
让你温暖一冬 [08]