

哮喘,顾名思义,包含“气喘”和“哮喘音”,但仅仅通过典型症状来辨别疾病,将造成大量的漏诊和误诊。这种大众既熟悉又陌生的呼吸系统疾病,其实病因复杂多样,非典型症状变化多端,严重程度不一,故而临床类型不同,治疗对策各异。

一般而言,哮喘患者多在儿童期就发病,呈现发作性的咳嗽、咳痰伴气喘,春秋季节容易发作,季节交替的时期容易恶化,气喘等症状夜间比白天重,在遇到冷空气、闻到刺激性异味或接触花粉、食用海鲜后加重;在缓解期哮喘患者可以毫无不适;哮喘患者一般会伴有荨麻疹、过敏性鼻炎、过敏性鼻炎等全身过敏状态。

除了典型表现外,在确诊的患者中,有相当一部分人并不一定有显著的气喘。由于哮喘症状是间歇性的,有的患者仅表现为咳嗽,有的患者表现为胸闷等单个症状,因此在临床上漏诊和误诊情况比较普遍;很多哮喘患者就笼统地被诊断为“支气管炎”或“慢性支气管炎”;其实仔细地询问病史并全面地体格检查后被确诊为哮喘,肺功能检查(包括支气管舒张试验和支气管激发试验)、查找过敏原、检测血中的免疫球蛋白IgE和嗜酸细胞绝对值,都是诊断哮喘的必要手段。而有“哮喘音”的病人也不一定是支气管哮喘,需要排除肺部感染、结核病等。

此外,临床上还有很多类型不被大众所认知。咳嗽变异性哮喘是哮喘的一种类型,发作时以咳嗽为主要症状,常常是哮喘早期的一种表现形式,但胸闷、气喘症状不典型,研究显示有三分之一的咳嗽变异性哮喘患者可以演变为典型的哮喘患者。对于以顽固性咳嗽为主要表现、胸片、肺功能等常规检查正常,尤其是常规抗炎、止咳、化痰效果不佳的患者,需要警惕,这些患者经常咽痒难受,吸入冷空气或说话、饮食就会激惹咳嗽症状,咳嗽多为干咳,并且以夜间或凌晨为重,咳嗽剧烈的患者可伴有呕吐或小便失禁,有些患者有呛咳的表现;这一患者人群经常伴随过敏体质或患有过敏性鼻炎、过敏性鼻炎和咽喉炎及荨麻疹等。确诊的关键是进行支气管激发试验的肺功能检查,然后结合典型的病史。

在女性还有两种相对陌生的哮喘类型,月经性哮喘和妊娠哮喘。部分育龄期女性的哮喘症状往往和月经周期有关,一般在月经来潮前或经期出现哮喘症状加重,称为月经性哮喘。流行病学研究显示有30%-40%的哮喘女性在月经前期有哮喘症状加重,在月经前2-3天哮喘发作倾向达到高峰;有人认为

哮喘你知道多少?

月经性哮喘与对“内分泌激素过敏”有关,也有人认为是经前紧张症有关的精神变化所致。由于月经来潮时黄体酮水平比较低导致支气管平滑肌痉挛,支气管壁的微血管通透性增加,雌激素水平和前列腺素的合成水平都有变化,这些激素水平的变化与哮喘症状的加重都有一定关系。在治疗上除了常规治疗以外,可以肌肉注射黄体酮改善症状。

妊娠期哮喘患者36%病情改善、23%病情恶化,41%病情无变化,提示妊娠哮喘可受多种因素影响。随子宫的增大和腹部的膨胀,腹部前后径增大,横膈活动度受限;妊娠时激素的释放可使胸壁弹性改变,妊娠引起的横膈和胸壁的作用改变致使肺功能改变,有时出现胃食管反流也会诱发哮喘发作。但也有一些改变会减轻哮喘症状:妊娠期血浆中肾上腺皮质激素浓度增高、组胺酶活性增强,可减轻哮喘速发型和迟发型炎症反应;孕激素增多使支气管平滑肌松弛。孕晚期前列腺素E浓度升高亦有舒张支气管平滑肌的作用。以上皆有利于减少和缓解哮喘发作。哮喘急性发作常易在妊娠24-36周,在分娩时,哮喘通常很少急性发作。因此,对于有哮喘病史的孕妇而言,不要过于紧张,因为哮喘病情不一定因为妊娠而加重。

在日常生活中,可能引起哮喘的常见诱因还有药物与运动。药物性哮喘主要是应用某些药物而引起的哮喘发作,最常见的药物是阿司匹林和非甾体类的抗炎药物,白三烯受体调节剂对于阿司匹林哮喘效果比较好。还有很多冠心病、高血压患者经常使用的β-受体阻滞剂(如美托洛尔、阿替洛尔)等,也可诱发哮喘发作;此外,手术时使用的硫喷妥钠和肌松剂(琥珀胆碱)也可能引起支气管痉挛。在做影像学检查时,使用的有些放射性造影剂也可能引起过敏性哮喘反应。对于以上药物性的哮喘必须立即停用有关药物,予以肾上腺素、糖皮质激素和支气管扩张剂等治疗。

运动性哮喘主要在一定量的运动后出现急性短暂的大小气道痉挛,出现呼吸困难加重,经过休息可以缓解。研究发现运动可以刺激肥大细胞、嗜酸性粒细胞和嗜碱性粒细胞等释放组织胺、白三烯等炎症介质,这些炎症介质会引起支气管痉挛诱导哮喘发作;而且剧烈运动时大量水分经气道损失,支气管局部的渗透压增高,支气管黏膜充血水肿,平滑肌进一步收缩,气道阻力显著增加。对于运动性哮喘需要做运动激发试验证实。诊断明确的患者尽量避免剧烈运动,临床上多见的尤其是青少年在长跑后出现哮喘发作,这类患者尽量选修体育课或在运动前使用预防发作的哮喘药物。

支气管哮喘是呼吸科的常见病,认识哮喘的不同类型才能合理的诊断和治疗。对于大众来讲,增加对哮喘的认识也有助于提高防病保健意识,有类似症状的尽早到呼吸专科进行检查以免延误治疗时机。周敏(副主任医师)(本版文章均由上海交通大学医学院附属瑞金医院呼吸科供稿) 本版图片 TP



美国控烟报告出台50周年以来,通过有效的宣传使全美的吸烟率近几年呈显著下降,吸烟率已由大约50%降至18%,不得不说美国人的戒烟效率很高,但这也意味着仍有超过4300万名美国烟民。今年1月份,美国医学协会杂志所发表的一篇研究报告表明,虽然全球的烟民比例自1980年以来一直处于下降的趋势,然而,由于全球人口数量的绝对增长,烟民数量仍随之增加。

茶余饭后,点上一根烟似乎成了很多人的生活习惯。因此当前仍有必要进一步提高大众对吸烟危害的认识。

●吸烟致癌 这已是公认的事实,吸烟不但是肺癌的重要致病因素之一,吸烟者患肺癌的危险性是不吸烟者的13倍,同时,吸烟与唇癌、舌癌、口腔癌、食道癌、胃癌、结肠癌、胰腺癌、肾癌和子宫颈癌的发生都有一定关系。研究表明,烟雾中的致癌物质还能通过胎盘影响胎儿,致使其子代的癌症发病率显著增高。

●吸烟导致肺部疾病 吸烟是慢性支气管炎、肺气肿和慢性气道阻塞的主要诱因之一。吸烟可引起中央性及外周性气道、肺泡及毛细血管结构及功能发生改变,同时对肺的免疫系统产生影响,从而导致肺部疾病的产生。

●吸烟诱发心血管疾病 据研究表明,吸烟者的冠心病、高血压、脑血管病及周围血管病的发病率明显高于不吸烟者,吸烟促发心血管疾病的发病机理则主要是吸烟使血管内皮功能紊乱,血栓生成增加,炎症反应加强及氧化修饰。

●吸烟导致骨质疏松 其原理是烟草中的尼古丁可影响钙的吸收,烟碱抑制成骨

细胞,刺激破骨细胞的活性等,单单是钙摄入不足就会让一部分骨钙释放入血以维持正常的血钙水平。如此,就会使骨密度降低,引发骨质疏松。

●吸烟影响生育功能 据研究调查表明,长期吸烟者的精子受精能力较不吸烟者下降了75%。罪魁祸首仍然是香烟中的尼古丁,因为精子可以识别尼古丁,并对它产生反应。长期吸烟使得人精子中尼古丁受体超载,从而使得受精的能力下降。

●吸烟增加流产危险 孕妇吸烟不仅危害自己的健康,同时还可能对腹中胎儿造成伤害,香烟中所含的烟碱和尼古丁会造成全身血管病变,子宫血管因此受累。吸烟使怀孕早期容易发生流产,到中期发生怀孕期间最危险的一种并发症——妊高症。

●吸烟影响睡眠质量 根据德国科学家的一项最新调查表明,吸烟者睡眠时间比不吸烟者要少,并且睡眠质量也较差。其中尼古丁是影响睡眠的罪魁祸首,睡眠质量差不仅会让人在清醒后精神状态差,一些研究还显示,如果习惯性睡眠质量差,还会产生肥胖、糖尿病、心脏病等健康问题。

面对如此之多“吸烟有害健康”的事实和研究成果,仔细想来,必须戒烟的理由实在太多,而继续吸烟的理由却只有一条,即与自己的身心健康过不去。美国人喜欢说,“吸烟要以牺牲自由为代价”,因为“烟鬼”在美国处处受到限制。因此,美国的禁烟运动已经取得了明显成效。那么,当前,在中国,或许我们要逐步普及“吸烟要以牺牲自己和家人的健康和生命为代价”的意识。只有如此,越来越多的人,无论男女老少,便会把不吸烟当成一种时尚,乃至为之奋斗的一种切实目标。 周剑平 李庆云(主任医师)

“呼气”检查辨清咳嗽元凶

近年来,呼吸病学科陆续开展了多项新型、无创的检查项目,“呼出气一氧化氮”检测就是其一,可有助于判断咳嗽病因。这项检查只需要患者配合做呼气动作,仅几分钟就可以完成。

咳嗽的病因非常复杂,如普通感冒、支气管炎可以咳嗽;鼻部疾病也会引起咳嗽;就连消化道疾病食管反流病同样会引起咳嗽。呼吸科门诊还经常碰到过敏性咳嗽的患者、嗜酸粒细胞性支气管炎和咳嗽变异性哮喘的患者,他们的“呼出气一氧化氮”明显升高,对这些患者就需要采用抗过敏治疗。更

重要的是,“呼出气一氧化氮”动态检查有助于判断哮喘病情控制的情况,决定哮喘患者吸入激素是否可以减少剂量,这样临床监测病情更加客观准确,更有效地避免了哮喘的急性发作。此外,还可用于慢性阻塞性肺疾病患者,有助于尽早发现早期病变。

对不明原因的咳嗽、哮喘患者和慢性阻塞性肺疾病患者都有必要进行“呼出气一氧化氮”检查。吸烟、饮酒、咖啡和食物等会影响检查结果,检查期间避免摄入硝酸盐或含有硝酸盐的食物(如莴苣),避免吸烟、饮酒和咖啡等。 周剑平 周敏(副主任医师)

肾癌的综合治疗方法 原发性肝癌的治疗和康复

2月20日、21日世界卫生组织上海健康教育与健康促进合作中心健康宣教与康复辅导基地将特邀两位主任医师进行以下两场专题限额讲座,让患者获得相关肿瘤养生知识。请需要听课的读者来电进行预约登记,以便顺利入场!

●肾癌是起源于肾实质泌尿小管上皮系统的恶性肿瘤,学术名词全称为肾细胞癌,又称肾腺癌,简称为肾癌。包括起源于泌尿小管不同部位的各种肾细胞癌亚型,但不包括来源于肾间质的肿瘤和肾盂肿瘤。肾癌的转移性相比其他肿瘤较小,但也不乏骨转移、肝、肺等脏器转移的病例,肾癌的治疗除了手术外,还可进行中西医结合的康复治疗。

●肝癌患者的治愈康复很大程度上取决于对肿瘤的综合治疗。手术可以将肿瘤有效切除。但是,对已经逃逸到血液循环、淋巴系统的恶性肿瘤细胞,或术后肉眼无法看见的残存恶性细胞,就需要采取进一步措施。此外,做好术后治疗非常重要。专家会讲解肝癌术后相关的治疗知识,包括术后的放化疗、合理的饮食、运动、用药、定期检查等,从而防止疾病的复发与转移。

2月20日上午9:00《肾癌的综合治疗方法》由上海市第一人民医院凌桂明主任医师主讲
2月21日上午9:00《原发性肝癌的治疗和康复》由上海市中山医院张博恒主任医师主讲

讲座地点:中国科学院学术活动中心(好望角大饭店 徐汇区肇嘉浜路500号)五楼宗洛厅/长泰厅
详情可询:021-64031830/64311848