

警惕！这种久咳不愈是哮喘

规范用药、定期监测、个体化管理才能控制病情

5月2日是第25个“世界哮喘日”，今年的主题是“全面关爱每一位哮喘患者”。无锡市人民医院呼吸与危重症科主任医师郁昊达表示，哮喘是最常见的慢性呼吸系统疾病之一，时下是哮喘的高发季，哮喘的控制离不开规范用药、定期监测和个体化管理。

自行减药停药导致复发

郁昊达介绍，哮喘是由各种诱发因素导致的发作性支气管痉挛狭窄和慢性气道炎症，其主要症状包括发作性呼吸困难、咳嗽、喘息和胸部压迫感等。春天是万物生长的季节，各种花粉、粉尘都比较多，过敏、细菌、乍暖还寒的天气，都容易导致哮喘发作。长期规范化、系统化的治疗对提高哮喘的控制水平、改善患者生活质量来说至关重要。《2020版中国支气管哮喘指南》指出，通过规范的诊断及个体化治疗，80%至90%哮喘患者的病情可以得到控制。

哮喘发作时会出现咳嗽、胸闷、气促，轻症情况下能够自行缓解或者突然好转，导致很多患者自行减药停药，结果导致复发。哮喘病情长期存在且具有易反复发作的特点，如果控制不佳而导致长期反复发作，可并发肺气肿、肺心病，严重者还可导致死亡。很多患者哮喘控制不理想，与不能坚持完成治疗有很大关系。哮喘是一种慢性疾病，

并非几天或者几周就可以治愈，而是需要长期控制和治疗。仅仅在急性发作期短期用药是不够的，这只能暂时缓解症状，要达到持久及稳定的效果需要坚持长期、持续、规范地治疗。

慢性气道炎症是哮喘的真正病因，用药后患者症状缓解，并不意味着哮喘已经治愈，可以停用药物。郁昊达介绍，使用缓解药物后，虽然症状消失了，但是气道炎症仍然可以持续存在。它犹如海面上露出的冰山一角，实际上水面下还隐藏着更大的冰山。郁昊达提醒，哮喘患者应根据个体病情，在症状缓解并监测3个月，经医生评估许可方能缓慢减量、停药。

治疗哮喘谈“激”色变不可取

坚持合理用药是治疗哮喘的基石。吸入糖皮质激素是目前国际公认的最有效也是最主要的哮喘治疗药物。然而，在治疗中，常常会遇到一些人谈“激”色变，尤其是一些哮喘患儿的家长，他们担心孩子使用激素药后激素的副作用，如影响身高和导致性早熟等。

其实，吸入糖皮质激素是以微克为单位，而哮喘急性发作需要静脉滴注激素，往往为数百毫克，3天的静脉激素相当于吸入治疗激素3年的剂量，因此，长期吸入激素的量是相对较少的，对生长发育几乎无影响。相反，若个别家长轻信一些

偏方、秘方，在家胡乱吃药，其实这些所谓的秘方中往往加入了大剂量的糖皮质激素、氨茶碱等，可导致严重的副作用，且不坚持规范用药，未控制的严重哮喘会对成年后身高产生不良影响，而且哮喘有气道重塑并损害肺功能的危险，直至发展为成年后哮喘和或慢性阻塞性肺病。

特殊类型哮喘别拖延治疗

与普通哮喘不同的是，还有一些特殊类型的哮喘，容易误诊或拖延治疗。如咳嗽变异性哮喘，以持续性咳嗽为主要症状，多发生在夜间或凌晨，常为刺激性咳嗽，此时往往被误诊为支气管炎。胸闷型哮喘是以胸闷作为唯一或主要症状，胸闷加之呼吸受阻，与慢阻肺类似但具有气道高反应性和可逆性气流受限等哮喘诊断特征。郁昊达介绍，其实，有家族疾病史、慢性咳嗽大于8周且夜间为重或有不明原因的胸闷，抗炎治疗效果不佳的患者都应引起重视，要及时寻求专业医生帮助，必要时通过支气管激发试验或支气管舒张试验，确诊是否患哮喘。特殊类型的哮喘也要和哮喘一样治疗。

哮喘患者不建议剧烈运动，可以选择户外运动的方式有游泳、散步、慢跑、骑车等，这些都是比较单一的有氧运动，相对安全。运动过程中要量力而行，可以运动5到10分钟就休息一会儿，练练停停，逐渐增加运动量。
(卫文)

化疗导管堵塞

焦急万分

来锡旅游患者转危为安

外地患者来锡游玩，突发化疗导管堵塞焦急万分，无锡市第二人民医院静疗门诊护士及时处理，用精湛技术呵护患者生命线。

近日，家在东北的李女士带母亲来锡苏常一带旅游散心，这本是一件轻松愉快的事情，但没想到发生了意外。李女士的母亲张阿姨是一位肿瘤患者，在东北当地医院接受化疗时，护士为她置入了PICC导管。PICC又称经外周静脉穿刺中心静脉置管，是化疗最常选择的血管通路。这根细细的PICC导管，为张阿姨延续着长长的“生命线”。

然而，张阿姨在旅游时却发现自己的PICC导管里有回血，谨慎的家属李女士连忙带母亲去附近医院寻求导管维护。经过诊断，原来是张阿姨的PICC管堵塞了。但令人焦急的是，他们就诊的多家医院都没有成熟的条件和完全的把握为患者疏通导管，建议其前往更专业、规范的大型医院进行维护。于是，在无锡当地人的推荐下，李女士带着母亲慕名来到市二院静疗门诊。张阿姨母女来到静疗门诊时，已经过了下班时间。接诊护士静疗门诊副护士长曹琪仍然热情地询问他们的来意。经过仔细查看，曹琪判断患者情况紧急，PICC导管不仅堵塞回血还超过了7天1次的维护周期，如果不及时处理，一方面不利于后续的化疗，另一方面也很容易引起导管感染，进而导致患者发热，甚至有败血症的风险。

为了守护好张阿姨的这条“生命通路”，曹琪二话不说，主动加班为患者处理导管堵塞问题。疏通PICC导管并不容易，再加上张阿姨当初并不是在二院置管的，曹琪对患者病情及其导管情况都不甚了解，这就使得导管的疏通更加困难。面对眼前的疑难杂症，曹琪带领护士谢媚迎难而上。从患者的安全性考虑，曹琪果断地选择用生理盐水代替尿酸酶疏通导管。凭借着过硬的技术实力和细致的操作手法，曹琪和谢媚成功完成了PICC导管的疏通和维护。张阿姨母女连日来焦急、郁闷的心情终于一扫而空，她们操着一口东北味儿的普通话连连表示感谢：“谢谢你们帮我‘整’好了我的这根管子！”
(赵秋雨)



近日，锡北镇卫生院与南京医科大学附属眼科医院开展技术合作。图为专家来卫生院坐诊，为当地居民治疗眼疾。
(边雅芳摄)

肺结核和感冒如何区分？

这些知识要知道

肺结核是当今严重危害公众健康的慢性传染病，尽管经过多年努力，我国结核病防控总体形势趋缓，但它仍然是全球严重的公共卫生问题之一。生活中，该怎样预防结核病呢？

肺结核的主要症状是咳嗽、咳痰，如果这些症状持续2周以上，要及时到医院看病。肺结核患者还会伴有痰中带血、低烧、夜间出汗、午后发热、胸痛、疲乏无力、体重减轻、呼吸困难等症状。普通感冒主要表

现为急性的呼吸道症状，持续时间1周左右。不少肺结核病的患者会出现低热症状，但是感冒患者的发热往往是超过38℃的高热，而且持续相对较长。另外，结核病的发热还有一种叫午后低热的情况，就是患者在午后体温升高达到一个波峰，之后会有下降。但是一般的呼吸道感染，它的发热时间点不确定或不固定。

学校是人群高度集中的场所，

学生相互间接接触频繁，一旦出现传染性肺结核患者，很容易造成结核病在校园的传播流行。因此，对于肺结核的预防非常重要，一是要做好学生定期体检，比如新生入学体检等，及时发现身体的不良状况；二是尽可能减少前往人员密集且环境封闭场所的频次；三是要养成良好的作息习惯，每天保证充足的睡眠、合理的饮食；四是要加强体育锻炼，提高身体抵抗力。
(央视)