

全面关爱每一个哮喘患者

哮喘不能根治,应加强自我监测管理

5月2日是第25个世界哮喘日,今年的主题是“全面关爱每一个哮喘患者”。当天上午,南通市中医院肺病科举行“世界哮喘日”义诊,肺功能评估、穴位贴敷、耳穴埋籽……活动现场,5位专家集体坐诊,为市民提供免费咨询、中医疗法体验等公益服务。

近年来,我国哮喘患者发病率有逐年上升的趋势。按照2015年全国人口普查数据,我国20岁以上人群中哮喘患者可能达到4570万人;我国哮喘患者人数众多,且哮喘控制水平不容乐观。

市中医院肺病科专家介绍,支气管哮喘临床表现为反复发作的喘息、气急,伴或不伴胸闷或咳嗽等症状,同时伴有气道高反应性和可变的气流受限。随着病程延长可导致气道结构改变,且哮喘是一种异质性疾病,具有不同的临床表现。诱发因素可能是尘螨、花粉、毛发、刺激性气体、冷空气、食物、药物、情绪等。部分病人有过敏体质,有过敏性鼻炎等。部分病人发作时仅有咳嗽、胸闷等不典型表现。其主要评估方法包括:了解患者的症状,对患

者进行肺功能监测,评估哮喘控制测试问卷,检测呼出气一氧化氮、痰嗜酸性粒细胞计数、外周血嗜酸性粒细胞计数、血清总免疫球蛋白E和过敏原特异性IgE及过敏原。

大部分哮喘为过敏性哮喘,应常规检测过敏原以明确患者的过敏状态。专家建议,哮喘患者首先应远离危险因素;其次应按医嘱规范治疗(规范使用吸入制剂、规范使用吸入装置、规范掌握吸入量等)。若出现控制效果较差情况,需及时就医取得专科医生的指导,以调整治疗方案。若出现持续胸闷气喘等症状,使用吸入剂仍不能缓解,需警惕重症哮喘的发生,及时就医,不可延误。

专家强调,哮喘治疗方案的实施过程是由患者哮喘控制水平所驱

动的一个循环过程,必须进行持续的检测和评估,并逐步确定维持哮喘控制所需要的最低治疗用量。哮喘治疗方案的调整主要包括升阶梯疗法和降阶梯疗法。但对于大多数哮喘患者来说,仍存在无法做到持续监测和评估、不能很好掌握升降疗法的问题,也有很多不典型哮喘尚未得到合理的治疗。

总之,哮喘是一种复杂的慢性疾病。尽管哮喘至今尚不能根治,但经有效治疗可使病情得到完全控制或良好控制。在医生的规范诊疗下,患者应加强对哮喘疾病的认识,增强自我监测和管理的能力,加强护理,减少哮喘发作、提高生活质量。

本报通讯员石薇薇
本报记者冯启榕

春夏交替正是哮喘高发期,药师特别提醒—— 一些药物也有可能诱发哮喘

哮喘是最常见的慢性疾病之一,也是儿童期最常见的慢性疾病。眼下,处于春夏交替之际,正是哮喘的高发期。南通市肿瘤医院药剂科提醒:哮喘的治疗主要是快速缓解急性发作期症状和长期控制慢性持续期症状,不同时期采用的药物也存在差异,需在医生和药师的指导下正确规范用药。

在急性发作期,哮喘的治疗主要着眼于“指标”,快速缓解症状、解除气流受限和改善低氧血症,建议使用短效 β_2 受体激动剂(如:沙丁胺醇)、短效抗胆碱能药物(如:异丙托溴铵)等;在慢性持续期,哮喘用药则着眼于“治本”,达到哮喘症状的良好控制,维持正常活动水平,尽可能减少急性发作、肺功能不可逆损害和药物相关不良反应的风险,建议使用长效 β_2 受体激动剂(如:沙美特罗)、长效抗胆碱能药物(如:噻托溴铵)、糖皮质激素(如:布地奈德)、白三烯调节剂(如:孟鲁司特钠)、缓释茶碱及色甘酸钠等。

“哮喘治疗药物包装不同,使用方法存在差异。若使用方法不正确,治疗效果会大打折扣,熟练掌握药品的正确使用方法尤为重要。”药学专家介绍,以沙美特罗替卡松粉吸入剂为例:第一步,打开。用一手

握住外壳,另一手的大拇指放在拇指柄上,向外推动拇指柄直至听到咔嗒声。第二步,推开。使吸嘴对着自己,向外推动滑动杆直至发出咔嗒声,此时在计量标示窗口可看到相应的剂量减少,表示已经准备好一次吸入的药物。每次当滑动杆向后滑动时,使一个剂量药物备好以供吸入,在剂量指示窗口有相应显示。不要随意拨动滑动杆以免造成药物的浪费。第三步,吸入。先握住吸入剂并让它远离嘴巴,在保证平稳呼吸的前提下,尽量呼气,然后将吸嘴置于上下排牙齿间,用双唇抱住吸嘴用力且深长地呼吸,再将吸嘴从嘴部移开,继续屏气10秒(或默数10下)后恢复正常呼吸。第四步,关闭。关闭准纳器,将拇指放在拇指柄上,尽快地向外拉。当关上准纳器时,发出咔嗒声表明关闭。滑动杆自动返回原有位置,并复位。准纳器又可用于下一吸药物的使用。用完后,用水漱口并吐出。药师提醒,呼气时不可对着吸嘴,以免造成药物流失;吸完后应及时漱口,避免口咽部感染;老年或肾受损患者无需调整剂量。

药师特别提醒,一些药物也有可能诱发哮喘。在服用阿司匹林或其他解热镇痛药后数分钟至数小时内,可能会出现哮喘的剧烈发作,称

为阿司匹林哮喘。患者常伴有紫绀,眼结膜充血,大汗淋漓,不能平卧,烦躁不安。某些病人服药后出现鼻部卡他症状,如发作性流涕、鼻塞、鼻痒,继之出现哮喘。某些病人在哮喘发作的同时可出现严重的荨麻疹或血管性水肿。用药过程中应予以关注,严重时及时就医。

本报通讯员姚敏
本报记者冯启榕



定期奉献“名医访谈、医疗活动、健康科普”等精彩视频

关注儿童多动症

每年4月的最后一周是“注意缺陷多动障碍关爱周”,今年主题是“推进早期识别和早期干预,助力ADHD儿童健康成长”。注意缺陷多动障碍也就是俗称的“多动症”,为让更多人了解这方面的知识,视频号“南通名医团”邀请南通市妇幼保健院儿童心理卫生科副主任医师王飞英做相关科普。



扫一扫看相关视频

医周健闻

比拼急救技能 展示职业风采

晚报讯 4月27日,南通市院前急救技能竞赛举行,来自各县(市、区)及部分急救网络分站的21支代表队、63名选手参赛,展示了急救专业技术人员积极进取的职业风采。

本次竞赛邀请到来自苏州、镇江、泰州、扬州以及通大附院等市内多家医院的急救专家担任裁判。大赛采取理论知识与操作技能相融的方式进行个人技能考核和团体协作能力实测,整个赛事真正实现日常院前急救工作中医生、护士、驾驶急救一线岗位全覆盖,贴近现场急救实战。

据了解,理论竞赛以闭卷笔试的方式进行,分为医生组、护士组和驾驶组。技能操作竞赛分为单项技能操作和团体技能操作。其中,单项技能操作中除医、护、驾均需考核单人心肺复苏+AED外,医生还需考核气管插管术,护士需考核心电图监护+心电图操作。经过激烈的角逐,市急救中心谷裕、吴天龙分别荣获医生组、驾驶组个人一等奖;海安市120急救指挥中心李藩获得护士组个人一等奖。此外,市急救中心获得团体一等奖。

通讯员陈嘉 记者冯启榕