

中年男子总是咳不停，一查竟是得了哮喘 中西医结合治疗“会呼吸的痛”

56岁的徐先生从没想过，自己竟然和哮喘扯上了关系。今年3月，在一次感冒后，他便一直咳嗽，最近他来到江门市五邑中医院肺病科主任范发才的门诊。

范发才让徐先生做了体格检查、肺功能检查、支气管激发试验和呼出一氧化氮(FeNO)检测，结果发现，徐先生肺功能正常，但支气管激发试验阳性，结合病史特点，诊断考虑为支气管哮喘。

今日是第26个世界哮喘日，主题为“为哮喘患者健康教育赋能”。对此，范发才围绕哮喘疾病的长期控制与中西医结合治疗等话题深入答疑解惑，希望能帮助患者揭开疾病“迷雾”，加强疾病的自我管理。

文/图 江门日报记者 李银焕
通讯员 赵晓东 刘森



肺病科医疗团队在查房。

医学指导



范发才：
肺病科(呼吸与危重症医学科)主任兼肺病科一区主任，中西医结合医学主任医师，江门市名中医，硕士研究生导师，第五届南粤好医生，第六批全国老中医药专家学术经验继承人，先后师从洪广祥国医大师团队、广东省名中医伍劭华、四川省名中医刘方柏。擅长中西医结合诊治呼吸系统疾病和救治呼吸危重症。

延伸阅读

仅仅咳嗽为何被诊断为哮喘?

小刘(化名)平时有点咳嗽，一点气喘都没有。近期，他到医院肺病科就诊时却被诊断为哮喘，他疑问道，是不是诊断错了?
“这种情况在临床很常见。”范发才表示，哮喘有典型和不典型之分。典型哮喘表现为反复发作性喘息、气促，伴或不伴胸闷或咳嗽，夜间及晨间多发，常与接触过敏原、冷空气、化学性刺激以及上呼吸道感染、运动等因素有关，双肺可闻及散在或弥漫性哮鸣音，支气管舒张试验、支气管激发试验通常为阳性。
不典型哮喘，有一种是咳嗽变异性哮喘，患者无喘息、肺部无哮鸣音，仅表现为反复咳嗽发作，客观检查如支气管舒张试验、支气管激发试验呈阳性。还有一种是胸闷变异性哮喘，患者无喘息、肺部无哮鸣音，而表现为反复发作胸闷，客观检查如支气管舒张试验、支气管激发试验呈阳性。这两类患者通过规范治疗，症状可以完全缓解，达到“临床控制”。

A 近期门诊哮喘患者明显增多

哮喘是较为常见的呼吸系统疾病，作为一种慢性气道炎症性疾病，喘息、气促、胸闷、咳嗽是它的主要表现症状，严重的哮喘发作，不及时治疗可能会危及生命，被称为“会呼吸的痛”。哮喘患者的症状多表现为突然发作性起病，很多患者会在夜间出现咳嗽、气急症状。

每年的春夏之交都是哮喘的急性发作高发期。范发才表示，近段时间，肺病科门诊接诊的哮喘患者明显增多。

范发才解释道，春夏之交，气温变化大，空气湿度高，寄生于床褥、衣物、地毯等处的尘螨或霉菌生长繁殖，这些均可能成为引发哮喘急性发作的过敏原。家中饲养的宠物皮屑、分泌物等也可使患有过敏性哮喘、过敏性鼻炎的人群出现急性发作几率明显升高。

另外，春夏交替之际昼夜温差变化较大，出现乍暖还寒的情况，人体的皮肤就会变得松懈，抵御能力有所减弱，很容易引起上呼吸道感染，而上呼吸道感染也可诱发哮喘患者急性发作。

“哮喘的发病还与遗传有部分相关性。”范发才在临床中遇过不少患者，其家族的几代直系亲属中都有患哮喘的病例。比如，最近天气多变，老病号刘姨的哮喘又发作了，刘姨的父亲也患有哮喘。

范发才提醒，有哮喘家族史者，更要关注自己是否存在反复喷嚏、咳嗽、胸闷、喘鸣等症状，若存在此类症状，应及早就医进行相关检查。

B 中西医结合治疗哮喘有妙招

老陈患有哮喘，合并慢阻肺。最近，在治疗颈椎期间，他发生呼吸道感染，继而诱发哮喘急性发作。哮喘发作时，他喘不过气，血氧饱和度下降，被紧急转到肺病科抢救。

根据患者病情，肺病科医疗团队为老陈上了无创呼吸机，改善肺通气，还为其制定了中西医结合的个性化治疗方案。除了结合体质辨证使用中药外，还采用中医外治法，如中药穴位贴敷、耳穴压豆、自体血穴位注射等。经过中西医结合治疗，老陈病情很快控制好转，气管喘鸣缓解。

在哮喘治疗上，有的患者长期过量使用口服或静脉用糖皮质激素可导致失眠、胃痛、血压升高、血糖升高等副作用，因此患者对中医药治疗的需求越来越大。肺病科发挥中医药优势，大力发展中医药治疗哮喘项目，包括中药汤剂、三伏贴、自体血穴位注射、针灸、耳穴压豆、中药离子导入、中药膏方调治等，获得患者的广泛好评。

“中西医结合治疗‘会呼吸的痛’有妙招。”范发才表示，中医调整整体观念，认为哮喘的发生与脏腑功能失调、气血不和有关。因此，在治疗时，既要针对气道炎症进行局部治疗，又要调节全身脏腑功能，达到整体与局部相结合的治疗效果。

同时，主张辨证论治与对症治疗相结合。中医讲究辨证论治，即根据患者的体质、证候特点等因素，制定针对性的中医治疗方案，能够较好地使患者机体达到阴阳平衡，改善患者体质，缓解不适症状，纠正患者疾病证候。同时，也充分利用现代医学病因、靶点、病理机制较明确，药物选用较精准等优点，优势互补，更快缓解患者不适症状，更稳定控制病情，预防症状反复急性发作。

此外，中医强调的整体观念还包括重视人与外界环境的关系。这在坚持预防与治疗相结合的哮喘管理中具有重要意义。在哮喘缓解期的中西医结合长期管理中，特别重视通过中药汤剂、中成药或中药膏方内服、三伏贴、耳穴压豆、针灸、自体血穴位注射、中药封包、中药泡足等中医特色方法外治，饮食起居等生活方式调节及情志调适等措施，达到调理体质、护养正气，增强患者抗病能力。同时也特别重视特定人群对外界环境特定的物理化学刺激、病原微生物、食物、药物、运动等哮喘诱发因素的防备。

因此，患者需要认识诱发哮喘的外部因素，有针对性地预防。日常生活护理要避免各种损伤脾胃肾阳气的不良生活方式。

C 哮喘不讲“根治”讲“控制”

在临床上，范发才经常遇到一些患者，因为担心激素对容貌、体型、身体健康的影响以及担心使用了激素就停不下来而不愿配合治疗，导致哮喘得不到有效控制。不少患者只有在病情发作、出现呼吸困难时才来找医生开药，一旦症状缓解，他们就不遵医嘱而自行停药。

范发才提醒，未得到有效控制的哮喘患者往往面临更频繁的急性发作，隐蔽地、渐进地损伤着肺功能，最终可导致肺功能的严重破坏，以致不处在哮喘急性发作时，也出现日常活动受到限制，甚至稍微活动就出现气促喘息，严重影响工作、生活和社会活动能力。哮喘急性发作症状严重时，可出现呼吸困难甚至窒息感，部分病例可在数分钟内危及生命。

“哮喘是一种慢性疾病，目前还无法彻底根治，但是可以获得有效控制。”范发才表示，规范的治疗显得尤为重要。坚持规范治疗，大部分患者症状能得到缓解，急性发作频率得到降低，甚至终身不发作，达到“临床控制”。据统计，坚持规范治疗，80%以上的患者可以达到“临床控制”。随着医学技术的发展，新的药物和新的治疗技术不断投入临床应用，能达到“临床控制”的患者比率也将进一步提高。

范发才表示，哮喘患者务必定期复诊，根据病情及时调整中医治疗方案、西药剂量和其他相应治疗干预措施，适时复查肺功能及血常规、呼出一氧化氮(FeNO)检测等反应气道炎症的检测指标。

范发才提醒，哮喘患者应随身携带吸入用沙丁胺醇之类的速效平喘气雾剂，以应对出现哮喘急性发作时，能够迅速吸入平喘药物，患者应保持心理镇定，必要时需紧急呼叫身边人协助就医。

范发才提醒，哮喘患者应随身携带吸入用沙丁胺醇之类的速效平喘气雾剂，以应对出现哮喘急性发作时，能够迅速吸入平喘药物，患者应保持心理镇定，必要时需紧急呼叫身边人协助就医。

江门市疾控中心发布5月疾病风险提示 病原微生物和蚊虫繁殖活跃

注意新冠病毒感染 谨防登革热传播流行

目前，我国新冠病毒感染疫情仍呈低水平流行。我国本土病例中，新冠病毒JN.1变异株已成为优势流行株，感染病例以轻型为主。近期监测数据提示，我市新冠病毒感染疫情呈低水平波动回升趋势，但发生规模性疫情可能性不大。江门疾控提醒，可采取应对常见呼吸道感染性疾病的措施，应对当前的新冠病毒感染风险。儿童、孕妇、年长者、慢性基础性疾病患者及医务人员等重点人群，要做好日常健康监测和防护工作，出现风险早识别、早干预。

每年的5—11月是登革热的传播流行季。近期，阿根廷、巴西、泰国等国登革热疫情流行。随着境外旅游和跨境商务活动的增多，我市面临登革热疫情输入风险增加，登革热输入会引起本地疫情发生，灭蚊防蚊是关键。

防控登革热，江门疾控建议：1.清理家中积水。比如水生植物要定期换水洗瓶(每星期至少1次)，不要让花盆底盘留有积水；2.在室内

应安装蚊帐、纱窗等防蚊，易滋生蚊虫的地方可以定期使用杀虫剂从源头上灭蚊；3.前往登革热流行地区进行户外活动时，应做好个人防护，提前使用驱避剂，穿长裤长袖减少暴露，尽量不在蚊子活动的高峰时段在草丛、草地、垃圾桶旁逗留；4.近期前往东南亚、非洲地区的归国人员，归国后14天如出现发热、皮疹、出血等症状应及时就诊，并说明旅行史及蚊虫叮咬史，及早诊断，尽早治疗。

防范手足口病 警惕毒蕈和河豚毒素中毒

据了解，目前已进入手足口病流行季节。发病人群以5岁及以下儿童为主，重症和死亡病例主要集中在3岁及以下儿童。学校和托幼机构等重点场所，是出现手足口病聚集或暴发疫情的风险场所，需加强日常防护。

针对手足口病，江门疾控提醒：1.进餐后、如厕后、处理呕吐物或更换尿布后应洗手，不要与他人共用毛巾或个人物品；2.避免与手足口病人密切接触，减少感染机会；3.被污染的日用品、玩具、食具等要及时用含氯消毒剂消毒，

衣物置阳光下暴晒，室内保持通风；4.患者应居家隔离至康复，防止病毒传播；5.目前EV71疫苗接种对象为6月龄至5岁的儿童，可有效预防EV71相关手足口病发病、重症和死亡，为了能尽早发挥保护作用，鼓励儿童在12月龄前完成接种程序。

5月我市处于雨季，温暖湿润的天气容易导致毒蕈(俗称“毒蘑菇”)大量生长，误食毒蕈风险上升，需警惕采食野生蘑菇引发食物中毒。此外，每年2—5月为河豚鱼卵巢发育期，

毒性较强，“食鲜”或误食情况时有发生，需警惕食用河豚鱼致命死亡的风险。

预防食源性疾病，江门疾控建议：1.提高食品安全意识，不采、不买和不吃野生蘑菇；2.不购买、不自行捕捞和食用野生河豚，不购买、不食用未经国家审批的企业加工的河豚整鱼；3.加强健康监测，一旦进食后出现恶心、呕吐、腹泻、腹痛等急性胃肠炎症状或者视力模糊等状况，高度怀疑是食物中毒的，要及时就医并如实告知。

普及救护技能 保障生命安全 市红十字会明日启动 防溺水知识宣讲进校园行动

江门日报讯(文/图 记者/邓榕 通讯员/邓燕群)5月8日是第77个世界红十字日，今年的活动主题为“人道精神生生不息”。为进一步增强青少年防溺水安全意识，有效预防溺水事故的发生，市红十字会将于本周三上午举行防溺水安全知识宣讲进校园“百万行动”启动仪式，普及急救知识和救护技能，提升青少年自救互救“软实力”，切实保障青少年生命安全。

据悉，此次活动由江门市红十字会主办，新会区红十字会、司前镇人民政府承办，江门日报社、广东省红十字水上救援江门大队、江门市红十字安全科普服务中心协办。现场将设公开课区、水上救援设备展示区、防溺水知识展板等三个区域。

当天，除了由小学生代表上台宣读《防溺水水承诺书》外，市红十字会还将发布《江门市红十字会致全市学生家长的一封信》。广东省红十字水上救援江门大队副队长张培钧将通过理论与实操相结合的方式，为学生们讲解如何有效预防溺水事件发生、发生溺水如何自救、如何正确施救等安全知识，并现场示范如何利用身边物品制作浮具施救等内容。市红十字会急救志愿服务队还将以模拟人演示溺水心肺复苏结合AED使用操作步骤。

届时，直播江门App将全程直播，敬请关注。

专家介绍



张培钧：广东省红十字水上救援江门大队副队长、广东省红十字水上救援高级教练、广东省红十字资深急救培训师。多年来热心公益，积极参加无偿献血宣传、急救培训、水上救生、眼耳鼻喉、防溺水安全知识宣传等红十字志愿服务活动，2023年被授予中国红十字会“会员之星”。

致敬白衣天使 市护理学会 开展系列活动庆祝国际护士节

江门日报讯(记者/邓榕 通讯员/唐少鹤)护士队伍是卫生健康战线上的重要力量，对保护人民生命健康、增进全民健康福祉发挥着不可替代的作用。在第113个“5·12”国际护士节到来之际，为进一步弘扬南丁格尔救死扶伤的人道主义精神和无私奉献的高尚品质，展示护理队伍的精神风貌和职业风范，深化优质服务内涵，5月7日起，市护理学会将开展丰富多彩的主题活动，助力健康江门建设。

5月7日上午，市护理学会将举办主题为“爱护士 健步行”户外活动，丰富护理学会会员文化生活，促进护士身心健康；下午，将开展主题为“进基层，践初心”党建专题活动。届时，市护理学会临时党支部将组织党员干部到玲珑家园党员教育基地进行基层慰问及专题教育活动。

5月11日上午9时，在市卫生健康局、市民政局、市科学技术协会指导下，市护理学会将在东湖广场举办2024年江门市大型护理义诊活动。为更好地满足群众需求，活动现场将设21个护理义诊单元，涵盖老年专科护理、中医专科护理、儿童专科护理、妇产及生殖专科护理、伤口(压疮)造口及皮肤护理、糖尿病专科护理、职业病及结核病防治护理、心血管专科护理、急救专科护理、康复专科护理、居家护理(失禁、静疗和营养管理)、精神心理及精神康复专科护理、肿瘤、疼痛及安宁护理、神经专科护理、呼吸专科护理、口腔专科护理、眼科专科护理、骨科专科护理等25大专科护理领域。

届时，来自江门市中心医院、江门市五邑中医院、江门市人民医院、江门市妇幼保健院、江门市第三人民医院、江门市皮肤医院、江门市口腔医院、江门市结核病防治所、江门市职业病防治所、江门市康复医院、江门市五邑爱尔新希望眼科医院11家医院的医护人员，将在现场为市民答疑解惑。通过现场咨询、护理技能培训、健康风险评估与筛查、发放科普宣教资料等形式，免费向广大市民提供慢病护理、康复护理、中医护理、老年护理、母婴护理、儿童保健、急救护理、居家疾病护理、疾病预防与保健等专科护理服务。

文/图 江门日报记者 梁爽
通讯员 陈丽秋 江彦章 管浩男



手足口病发病人群以5岁及以下儿童为主。