□见习记者 张珊

也许您正在风华正茂的年纪里经历着感冒咳嗽不止,也许您已是耄耋之年老病相催,动则气喘咳嗽夜不能寐。每当这个时候,人们都有一个共同的心愿——让我们轻松呼吸。

在这个一场秋雨一场寒的季节里,天气逐渐开始变凉,我们不可忽视呼吸道疾病,它可能给我们的健康带来意想不到的损害。然而秋季咳嗽普遍存在于人们生活中,久咳不止抗生素为何不管用?咳嗽周期长就一定是肺部感染了吗?肺部疾病难根治该怎么办?

带着种种疑问,近日,记者来到山东省立医院,就相关问题咨询了呼吸内科副主任医师苏莉莉。苏医生做了详细解答。

秋季咳嗽种类多,别拿咳嗽不当事

对话专家

苏莉莉,医学博士,现任山东省立医院呼吸内科副主任医师;中心院区副主任;中国医师协会呼吸医师分会青年委员会常委;山东省医师协会呼吸医师分会委员;山东省医师协会变态反应学分会副主任委员;山东省医学会呼吸病学分会委员兼秘书;山东省抗痨协会呼吸分会副主任委员。

1 慢性咳嗽不是肺部感染

季节变化,冷热交替,很多人们会出现咳嗽不停的状况。由感冒引起的咳嗽很容易辨别,一般有明显的感冒症状,往往很快痊愈。但有的人咳嗽持续很久却不见好,就怀疑是不是自己的肺被感染?

据苏医生介绍:“有很多接诊的病人,一咳十天半个月,或者两三个月甚至是更长时间。就像慢性咳嗽,就是老百姓常说的过敏性咳嗽。这种咳嗽跟我们以前认识的急性支气管炎不是一回事,这种咳嗽往往不是细菌感染,通俗地讲,它和我们的过敏有一定关系,例如有一种哮喘叫咳嗽变异性哮喘,它可以只咳不喘,经常被人们误解为支气管炎,有患者来问诊会说我打了半个月的消炎针却不管用,是什么原因?因为这本身就不是感染。另外,还有一种慢性咳嗽的常见病因叫作胃食管反流性咳嗽。很多人都不知道胃酸反流还能引起咳嗽,事实上是可以的。”据了解,部分胃食管反流引起的咳嗽伴有典型的反酸、烧心等症状,但有不少患者以咳嗽为唯一的表现。

苏医生建议:长时间咳嗽,必须要做肺部检查,其中肺部CT是最有效的检查方法,拍片子虽然便宜、快,但片子往往分辨率低,会漏掉很多细小的、轻微的病症。如果做完肺部CT显示没什么问题,这种咳嗽才是我们呼吸科医生所说的慢性咳嗽。

对于慢性咳嗽,常见的包括:咳嗽变异性哮喘;上气道咳嗽综合征;胃食道反流性咳嗽和变应性咳嗽。事实上多数慢性咳嗽与感染无关,便无需使用抗生素(抗菌药物)治疗。再者,急性支气管炎,或者肺炎等在感染完全控制之后会有一段时间的咳嗽,这个时候也无需继续使用抗生素治疗。

2 连年咳嗽 小心慢性支气管炎

有的患者每年都会出现咳嗽,甚至持续好几个月。但大部分患者一出现咳嗽就与感冒挂钩,往往不做正规检查,就按感冒治疗了,等到咳嗽反复不见好,一查才知是慢性支气管炎。

苏医生介绍说:“慢性支气管炎往往缓慢起病,病程长,反复急性发作而病情加重。主要症状为咳嗽、咳痰,或伴有喘息。”因此,一旦有此症状,并每年发病持续3个月,或连续2年或2年以上发病,在排除具有咳嗽、咳痰、喘息症状的其他疾病外,就基本可确诊为慢性支气管炎了。此病在临床常见,一般中老年患者居多,另外检查慢性支气管炎的方法现在也比较成熟,可用X线检查、肺功能检查等做确诊。

“引起慢性支气管炎的病因是由多种因素长期相互作用导致的。例如有害气体和有害颗粒,如香烟、粉尘、刺激性气体等;感染因素如病毒、支原体、细菌等感染等;免疫、年龄和气候等因素也与慢性支气管炎有关。”苏医生介绍。

此外,即使患有慢性支气管炎也不必过于担心,一定要及时确诊对症治疗。目前药物治疗方法有:①急性期控制感染:急性发作时用抗菌药物治疗,如左氧氟沙星,阿奇霉素。②镇咳祛痰,可用祛痰药溴己新,盐酸氨溴索,干咳为主者可用镇咳药物如右美沙芬等。③平喘,气喘者可加用解痉平喘药或长效β2激动剂加糖皮质激素吸入。

虽然此病不能完全治愈,但大部分患者通过治疗是可以控制病情的,不会影响生活。

苏医生(右一)给病人做气管镜

3 慢咳憋闷重视你的肺

长期反复咳嗽、咳痰的患者,或者长期吸烟、有职业粉尘接触的患者,如果出现运动耐力下降、轻微活动就呼吸困难,较同龄人有明显气促,这种情况提示可能得了慢性阻塞性肺疾病,简称慢阻肺。据世界卫生组织数据显示,我国慢阻肺死亡率居各国之首,仅次于心血管疾病以及癌症总和。尽管如此,群众对慢阻肺这一疾病的知晓率却很低。秋冬季节是慢阻肺的高发季节,慢性支气管炎、肺气肿等高危人群要特别注意预防慢阻肺急性发作。

慢阻肺典型的症状就是咳嗽,咳痰,胸闷、呼吸困难。引发慢阻肺的因素主要有两个:个体因素和环境因素。其中,吸烟、职业性粉尘和化学物质接触、呼吸道感染等都是造成慢阻肺的因素。

由于慢肺阻不可逆的特性,因此很多患者担心难以治愈。就此,苏医生介绍到,她曾接诊的一位90多岁高龄老人,有慢阻肺,平时咳嗽,平地步行500米左右就有困难,憋气明显。去年开始雾化吸入治疗,因为年纪大,干粉剂型的吸入有困难,开始每天两次使用支气管扩张剂和吸入糖皮质激素,后来病情稳定减少为一次,最后每天只用支气管扩张剂。这位老人去年只在冬季出现一次急性加重的情况,口服抗生素和祛痰药,增加雾化吸入后就稳定了病情,没有打针,更没有住院。苏医生强调:“一定要在医生的指导下用药和调整药物剂量,即使病情稳定,也最好三个月左右进行一次复查。”

4 防患未然:要查要治要预防

随着年龄的增加,肺部肿瘤等发病率也会升高,而后者表现没有特异性,往往就是原来的咳嗽加重,会被忽视而耽误了诊治。因为引起咳嗽的原因具有多面性,不管是哪种咳嗽都要及时检查,早日确诊方可对症下药。

检查的方法也是多方面的:一要结合个人病史;二要进行胸部影像学检查(胸部CT,X线)、诱导痰检查、肺功能检查、纤维支气管镜检查、食管24 h pH监测、咳嗽敏感性检查等。

另外以下人群要重视做肺功能检查:慢性咳嗽、咳痰的患者;活动后胸闷气促的患者;阵发性喘憋或胸闷的患者;有慢阻肺疾病的患者;支气管哮喘的患者;间质性肺病患者;计划行胸腹部手术的患者;长期吸烟的人(应定期行肺功能检查);长期接触职业粉尘或化学物质的人群。

苏医生强调:“每年做一次肺部CT和肺功能检查是有必要的。”一般非药物性治疗咳嗽的方法有戒烟、运动、接种流感疫苗和肺炎疫苗。对于药物治疗要具体病症具体分析,尽管大部分肺病不能根治,但通过治疗可以减少疾病发作,提高生活质量。

在日常生活上,我们也要注意预防,防患于未然。据苏医生介绍,首要的就是要戒烟,特别是患有肺病的人群,因为吸烟是导致各种呼吸道疾病的主要危险因素。预防感冒也是有效的方法之一,此外,保持室内空气流通、不去人流密集的地方、打流感疫苗、饮食上注意营养均衡、多饮水避免咽部干燥、保证充足的睡眠、季节变化注意及时添加衣物等都可以作为预防的办法。只有做到有病及时检查,确诊积极治疗,日常加紧预防才能拥有一个健康的好身体。

/ 资讯 /

烟台医保:增7类中医病种

据烟台市人社局了解到:今年9月1日起,烟台市基本医保在原有桡骨远端骨折、锁骨骨折、跟骨骨折、胫腓骨骨折、肱骨髁上骨折、肱骨外科颈骨折、孟氏骨折7种疾病实行按病种付费结算基础上,又增加肱骨外髁骨折、桡骨颈骨折、盖氏骨折、掌指骨骨折、掌骨骨折、踝部骨折脱位、足跖骨骨折。

患上述14种疾病的参保人员,在烟台中医院、莱州中医院、蓬莱中医院、牟平中医院、海阳中医院、招远中医院、栖霞中医院、龙口中医院、莱阳中医院等9家中医医院,采用骨折闭合复位经皮穿刺内固定术的中医特色诊疗技术进行治疗的,可以按病种结算医保费用。

对符合进行按病种结算的参保患者,就诊医院医生会进行告知并签署知情同意书,患者进入按病种付费结算流程以后只需要按标准支付相应的费用即可。这14类中医优势病种采用按固定标准收费,患者个人负担可以预知,方便患者根据自身经济条件选择治疗方式。

据水母网

明年枣庄县级医院全部参与医联体

近日,山东省枣庄市人民政府办公室公布了《枣庄市医疗联合体建设推进工作方案》。2017年,枣庄所有三级公立医院全部参与医联体建设并发挥引领作用,建成至少1家具有明显成效的紧密型医联体或医共体。到2018年,所有县级医院全部参与医联体建设。2020年,则实现医联体建设全市全覆盖。

根据《枣庄市医疗联合体建设推进工作方案》,枣庄将积极推进全市医联体建设,通过充分发挥各种模式医联体作用,推进分级诊疗制度实施,逐步引导患者初诊和小病在社区、康复在社区;常见病、多发病到二级医院;大病和疑难复杂急性病进入三级医院。

《方案》里明确了日后枣庄市医疗联合体建设推进工作的三大重点任务,即推进建立多种医联体模式、完善医联体运行机制、建立医联体政策保障机制。今后,枣庄医疗联合体建设的推进将大大降低公立医院每年急诊人次,三级公立医院每年急诊人次增幅同比下降10%以上,各区基层医疗卫生机构年门急诊人次占比逐年只增不降。

除此之外,枣庄市将建立一系列的医联体政策保障机制,例如完善医疗保险支付政策、完善药品供应保障机制、建立人员保障激励机制等。

据大众网