**什么是慢性支气管炎？**

慢性支气管炎简称“**老慢支**”，是冬季中老年人的常见病。多因**急性支气管炎未及时治愈转变而成**。

医学界认为，凡是**一年当中有3个月咳嗽**，这种情况**连续2年以上**，而且咳嗽不是由于心肺等其它疾病所致，就可诊断为慢性支气管炎

**慢性支气管炎临床表现**

临床上常表现为**咳嗽**、**咳痰**，或伴有**气急**、**喘息**等，严重者可并发肺气肿、肺心病等。

* 咳嗽：咳嗽严重程度视病情而定，一般晨间咳嗽较重，白天较轻，晚间睡前有阵咳或排痰
* 咳痰：清晨排痰较多，痰液一般为白色粘液或浆液泡沫性，偶可带血
* 喘息或气急：喘息性慢支有支气管痉挛，可引起喘息，伴有哮鸣音。早期无气急现象，反复发作数年，并发阻塞性肺气肿时，伴有轻重程度不等的气急，先有劳动或活动后气喘，严重时动则喘甚，生活难以自理
* **哮喘病及临床症状**
* 哮喘症是由多种细胞特别是肥大细胞、嗜酸性粒细胞和T淋巴细胞参与的**慢性气道炎症**。
* 临床症状为：**咳嗽**、**喘息**、**呼吸困难**、**胸闷**、**咳痰**。
* 典型的表现是**发作性伴有哮鸣音的呼气性呼吸困难**。严重者可被迫采取坐位或呈端坐呼吸，干咳或咳大量白色泡沫痰，甚至出现紫绀等。

## 治疗

**1.患者有全身症状时，应注意休息和保暖**

治疗的目的是减轻症状和改善机体的功能。患者常常需要补充液体和应用退热药物。可适当应用镇咳药物。痰量较多或较黏时，可应用祛痰剂。

**2.急性支气管炎的患者**

对抗菌药物并无明显的治疗效果，在治疗急性支气管炎患者时应避免滥用抗菌药物。但如果患者出现发热、脓性痰和重症咳嗽，则为应用抗菌药物的指征。对急性支气管炎的患者应用抗菌药物治疗，可应用针对[肺炎](http://baike.baidu.com/subview/59758/59758.htm" \t "_blank)衣原体和[肺炎](http://baike.baidu.com/subview/59758/59758.htm" \t "_blank)支原体的抗菌药物，如红霉素，也可选用克拉霉素或阿奇霉素。流行性[感冒](http://baike.baidu.com/subview/26611/26611.htm" \t "_blank)流行期间，如有急性支气管炎的表现应该应用抗流感的治疗措施。

**3.慢性支气管炎急性加重期治疗**

**（1）控制感染** 视感染的主要致病菌和严重程度或根据病原菌药敏结果选用抗菌药物。如果患者有脓性痰，为应用抗菌药物的指证。轻症可口服，较重患者用肌注或静脉滴注抗菌药物。常用的有青霉素G、红霉素、氨基甙类、喹诺酮类、头孢菌素类抗菌药物等。

**（2）祛痰、镇咳** 对急性发作期患者在抗感染治疗的同时，应用祛痰药及镇咳药物，以改善症状。常用药物有氯化铵合剂、溴已新、氨溴索、羧甲半胱氨酸和强力稀化粘素等。中成药止咳也有一定效果。对老年体弱无力咳痰者或痰量较多者，应协助排痰，畅通呼吸道。应避免应用镇咳剂，以免抑制中枢及加重呼吸道阻塞和产生并发症。

**（3）解痉、平喘药物** 常选用氨茶碱、特布他林等口服，或用沙丁胺醇等短效支气管舒张剂吸入。若持续存在气流受限，需要进行肺功能检查。如果明确慢阻肺的诊断，必要时使用长效支气管舒张剂吸入、或糖皮质激素加长效支气管舒张剂吸入。

**（4）雾化疗法** 雾化吸入可稀释气管内的分泌物，有利排痰。如痰液黏稠不易咳出，雾化吸入有一定帮助。

**4.慢性支气管炎稳定期治疗**

重视[感冒](http://baike.baidu.com/subview/26611/26611.htm" \t "_blank)的防治：[感冒](http://baike.baidu.com/subview/26611/26611.htm" \t "_blank)可使缓解期的患者旧病复发。在一个较长的时期内（至少1年）,定期进行[感冒](http://baike.baidu.com/subview/26611/26611.htm" \t "_blank)的预防治疗是很重要的，可用流感疫苗，或服用预防感冒的中草药。

## 预防

**1.戒烟**

为了减少吸烟对呼吸道的刺激，患者一定要戒烟。其他刺激性的气体，如厨房的油烟，也要避免接触。

**2.促使排痰**

对年老体弱无力咳痰的患者或痰量较多的患者，应以祛痰为主，不宜选用镇咳药，以免抑制中枢神经加重呼吸道炎症，导致病情恶化。帮助危重患者定时变换体位，轻轻按摩患者胸背，可以促使痰液排出。

**3.保持良好的家庭环境卫生**

室内空气流通新鲜，有一定湿度，控制和消除各种有害气体和烟尘。改善环境卫生，做好防尘、防大气污染工作，加强个人保护，避免烟雾、粉尘、刺激性气体对呼吸道的影响。

**4.适当体育锻炼**

增强体质，提高呼吸道的抵抗力，防止[上呼吸道感染](http://baike.baidu.com/subview/453052/453052.htm" \t "_blank)，避免吸入有害物质及过敏原，可预防或减少本病发生。锻炼应循序渐进，逐渐增加活动量。

**5.注意气候变化和寒冷季节**

严冬季节或气候突然变冷的时候，要注意衣着冷暖，及时增加衣服，不要由于受凉而引起感冒。冬季寒冷季节室内的温度应在18～20℃为宜。

**哮喘病四大特征：**

* **发作性**：当遇到诱发因素时呈发作性加重
* **时间节律性**：常在夜间及凌晨发作或加重
* **季节性**：常在秋冬季节发作或加重
* **可逆性**：平喘药通常能够缓解症状，可有明显的缓解期

认识这些特征，有利于哮喘的诊断与鉴别

哮喘发病的危险因素包括遗传因素和环境因素两个方面：

* **遗传因素**在很多患者身上都可以体现出来，比如绝大多数患者的亲人（有血缘关系、近三代人）当中，都可以追溯到有哮喘（反复咳嗽、喘息）或其他过敏性疾病（过敏性鼻炎、特应性皮炎）病史。

**环境因素**是指对常见的经空气传播的变应原（螨虫、花粉、宠物、霉菌等）、某些食物（坚果、牛奶、花生、海鲜类等）、药物过敏

治疗原则: 解除[支气管痉挛](https://www.baidu.com/s?wd=%E6%94%AF%E6%B0%94%E7%AE%A1%E7%97%89%E6%8C%9B&tn=44039180_cpr&fenlei=mv6quAkxTZn0IZRqIHckPjm4nH00T1Y3nWmdPjbvnWT3mHc1PAN90AP8IA3qPjfsn1bkrjKxmLKz0ZNzUjdCIZwsrBtEXh9GuA7EQhF9pywdQhPEUiqkIyN1IA-EUBtkP1Rdn1Dkn1mdn1nvnHn3nHf3" \t "_blank)从而缓解哮喘症状，其中包括速效吸入β2-受体激动剂、全身用激素、吸入性[抗胆碱能药物](https://www.baidu.com/s?wd=%E6%8A%97%E8%83%86%E7%A2%B1%E8%83%BD%E8%8D%AF%E7%89%A9&tn=44039180_cpr&fenlei=mv6quAkxTZn0IZRqIHckPjm4nH00T1Y3nWmdPjbvnWT3mHc1PAN90AP8IA3qPjfsn1bkrjKxmLKz0ZNzUjdCIZwsrBtEXh9GuA7EQhF9pywdQhPEUiqkIyN1IA-EUBtkP1Rdn1Dkn1mdn1nvnHn3nHf3" \t "_blank)、短效茶碱及短效口服β2-受体激动剂等。

冬季是呼吸系统疾病的高发季节，慢性支气管炎、肺心病、哮喘病难治愈、易复发，预防呼吸系统疾病我们要采取相应的措施，遵循合理的膳食营养原则：

