



今日高邮微信
高邮日报手机报

在线投稿: <http://tg.gytoday.cn> 新闻热线: 84683100 QQ: 486720458

详情请浏览“今日高邮”网站 <http://www.gytoday.cn>

呼吸不顺畅 当心慢阻肺

呼吸不顺畅 当心慢阻肺

慢阻肺，全称慢性阻塞性肺疾病，是一种以持续性气道阻塞为特征的慢性气道炎症性疾病，也被称为“沉默的杀手”。

最严重危害：危及生命



慢阻肺会导致肺功能持续下降，若不及时治疗，可能会出现呼吸衰竭、肺性脑病、肺源性心脏病等并发症。每年约有100万人死于慢阻肺。

最主要危险因素：吸烟

慢阻肺的危险因素主要包括吸烟、空气污染、职业暴露等。

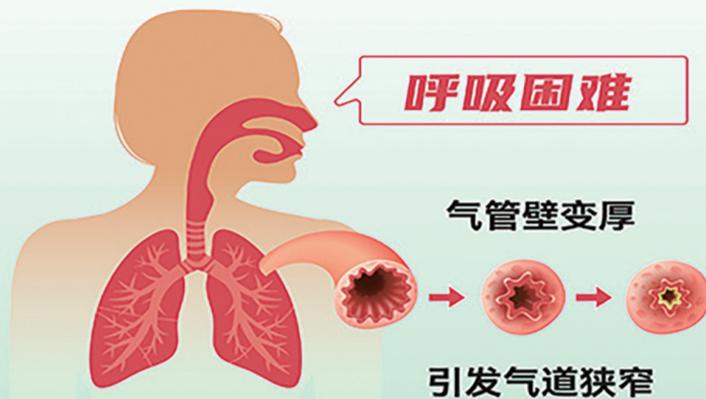
其中，吸烟是最重要的风险因素。吸烟量越大、吸烟年限越长、开始吸烟年龄越小，慢阻肺发病风险越高。



应对策略：远离危险因素

- 及时戒烟、避免吸二手烟
- 做好室内外空气污染防护，雾霾天气减少外出或佩戴口罩
- 加强职业防护，减少有害气体或有害颗粒的吸入，避免厨房油烟
- 注意预防婴幼儿和儿童期的呼吸道感染
- 及时接种流感疫苗、肺炎疫苗等，降低呼吸道感染风险

最典型症状：呼吸困难



由于慢性气道炎症的反复刺激，慢阻肺患者的气管壁会变厚，引发气道狭窄。因此，呼吸困难是慢阻肺最突出、最典型的临床症状。早期仅于剧烈活动时出现，后逐渐加重，甚至发生于日常活动和休息时。

应对策略：及时就诊

一旦出现以下情况，哪怕症状轻微，也应考虑慢阻肺的可能，及时就诊。

- 咳嗽并伴有喘息，且持续时间超过两个月
- 任何形式的长期咳痰，尤其是吸烟人士
- 剧烈活动后气短憋气
- 非剧烈活动时出现持续呼吸困难 **(一定要重视)**

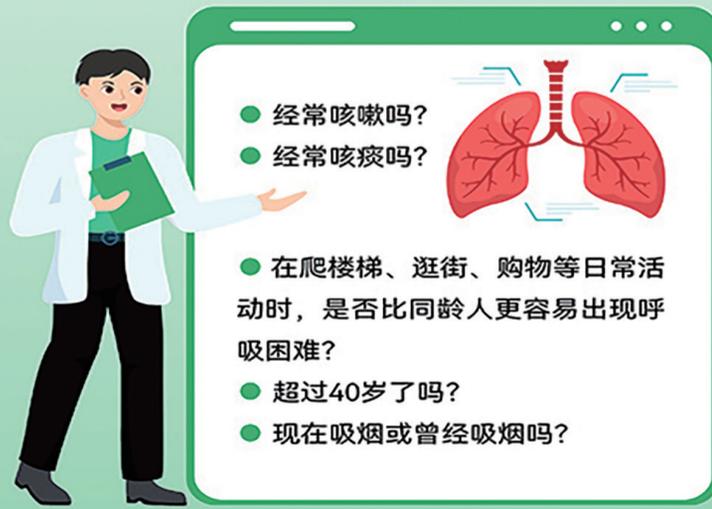
最标准诊断：肺功能检测

肺功能检查被称为慢阻肺诊断的“金标准”。该检查可通过检测呼吸时产生的气流量和气流速度，了解患者的呼吸功能状态。

专家建议

40岁及以上人群或慢性呼吸系统疾病高危人群，每年检查一次肺功能。

以下问题，如果有3个或3个以上回答“是”，就应该去医院进行一次全面的肺功能检查。



- 经常咳嗽吗?
- 经常咳痰吗?
- 在爬楼梯、逛街、购物等日常活动时，是否比同龄人更容易出现呼吸困难?
- 超过40岁了吗?
- 现在吸烟或曾经吸烟吗?