

长沙儿童哮喘患病率10年上升1.3倍——

# “假感冒”缠身,湖南人

# 为何易得哮喘

文: 今日女报 / 凤网记者 李诗韵 通讯员 周蓉荣 朱文青

都说春天是个敏感的季节——花粉飘洒,容易过敏;温差太大,容易感冒,可你或许不知道,除了这些,还可能有一个更可怕的疾病潜伏在春天的温暖中,它就是“假感冒”——哮喘。

5月2日,是第19个“世界防治哮喘日”。今日女报/凤网记者从湖南省人民医院了解到,目前,湖南省的哮喘患病率正在逐年上升,长沙儿童哮喘患病率10年上升了1.3倍。一个小小的喷嚏或是久治不愈的咳嗽怎么就变成哮喘呢?今天,我们就来聊一聊感冒与哮喘的话题。

## 故事

## 网购中药治“感冒”,她突然呼吸衰竭

长沙的春天,昼夜温差太大,感冒患者急剧增多。只是,在长沙市各大医院急诊科室中,还存在着不少的“假感冒”患者,他们有着共同特点——喷嚏一直不断、反复咳嗽喘息,像过敏更像感冒。

于是,大家都把这样的症状当作感冒来治。近日,



### 支招 哮喘高发期, 在家遇上了怎么办

首先,要对哮喘有正确的认识。哮喘病是一项容易反复发作的疾病,不可在喘息时求医用药,病情一好转就过早地停服哮喘控制药物。因为支气管仍处于慢性炎症状态,稍有不慎又会发作,而反复的喘息发作,不仅会很痛苦,而且可以导致气道重塑,变为难治性支气管哮喘。

第二,要能熟练操作各种哮喘用药装置。在家急性发病时,要马上使用支气管扩张剂,迅速缓解哮喘症状。

第三,要清楚孩子的过敏源,看是尘螨还是霉菌。每种不同的过敏源要区别处理。了解自己急性发作的先兆,例如有些人是剧烈咳嗽,有些是不停地打喷嚏,有些是胸闷。有这些先兆出现及时用药能防止病情加重。

最后,要学会在家做日记。观察日间症状、夜间症状。监测峰流速,根据峰流速值采取不同措施,如果峰流速值突然降低于平时最佳值的60%以下,需马上就医。

## 诊断

## 过敏环境也可能加重哮喘

“遗传和环境因素是引发哮喘的两大主因。”湖南省人民医院儿童呼吸免疫科主任钟礼立表示,除了遗传因素,环境因素是诱发哮喘的主因,尤其是春天和夏天,到医院看病的人明显增多,比如最典型的是受尘螨、霉菌、花粉和动物皮毛屑等过敏源所诱发发病。

钟礼立提醒,哮喘的很多症状与感冒相似,尤其体现在年幼的孩子身上。如果孩子反复咳嗽、感冒或者反复肺炎,运动后喘息,家长

在长沙市中心医院呼吸病诊疗中心就有这么一名患者,尽管从10岁开始就频繁“感冒”,她和家人却没有意识到这样的“感冒”就是哮喘。

“这位美女在网上吃了6年的中药,开始觉得对身体挺有帮助,感冒也少了,后来放松了警惕,结果病情反复、日益严重,这一次住院

就发展到了呼吸衰竭的地步。”长沙市中心医院呼吸病诊疗中心主任杨红忠介绍,哮喘是世界范围内最常见的慢性气道炎症性疾病,像贝多芬、邓丽君都是死于哮喘。而轻微哮喘和严重哮喘死亡率相差无几,因此,一旦哮喘就要引起重视,不能因为症状较轻就放松警惕。

很多家庭选择在春夏季装修房子,而湖南这两个季节湿度很大,潮湿的环境也能诱发哮喘。

王菊芬说,如今,哮喘虽然不能根治,但是通过规范化的治疗可以实现临床控制,要坚持长期、持续、规范、个体化治疗,切不可自行停药。一般至少治疗3个月后再行评估,尤其对于孩子,贻误治疗时机将影响生长发育,对患儿的肺部功能造成损害,并可能演变为成人终身呼吸疾病。

## 提醒

## 这样的“感冒”可能是哮喘

“很多前来就诊的患者认为,哮喘就是一定要喘。”杨红忠告诉记者,实际上,在医学临幊上发现,夜晚干咳者被诊断为哮喘患者的比例非常高。

杨红忠介绍,在慢性咳嗽中有30%左右被诊断为哮喘,该哮喘称为咳嗽变异性哮喘。主要症状是感冒之后一直咳嗽甚至到尿失禁的程度,而特征是发作性的干咳,比如只咳不喘。这种哮喘常有时间规律,如发生在早晨或半夜,基本无痰。

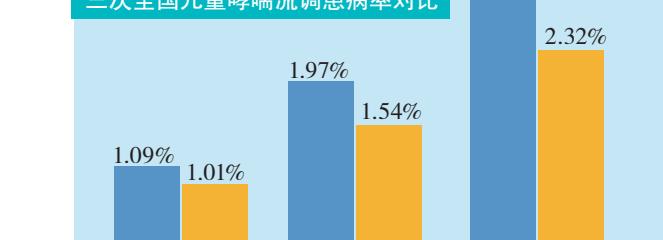
那么,相比一般的感冒,

就要提高警惕,检查孩子是否患上哮喘。

“湖南的哮喘患者主要与环境有关。”长沙市中心医院呼吸科名医工作室主治医师王菊芬向记者举例介绍,湖南冬天夏天时间偏长,“最冷”与“最热”季节交错,加之昼夜温差太大等,都导致人体防御能力降低、病毒传染性大,容易诱发哮喘。同时,近年来,湖南雾霾严重,也在一定程度上增加了哮喘患病率。另外,需要提醒的是,

气较重时,放置一些干燥物品;而在春季粉尘较多、风较大时,尽可能少出现在马路旁或公园等公共场所等。

三次全国儿童哮喘流调患病率对比



全国儿科哮喘协作组1990、2000、2010三次流调儿童哮喘  
累积患病率和现患率呈现显著上升趋势

## 小科普 &gt;&gt;

## 宝宝为何爱啃手指

(湖南省儿童医院神经内科二科)

喜欢啃手指是很多小宝宝都会有的一个习惯,但不少妈妈会感到担心。那么,宝宝啃手指到底好不好?妈妈们又该注意哪些情况呢?

第一,经常给宝宝洗手。宝宝认识世界就是通过自我的探索和认知,啃手指就是一个成长阶段,但是要注意孩子的卫生健康。所以,家长要多给宝宝洗手,减少手上的细菌,并且要给孩子的玩具消毒,避免意外伤害到宝宝。

第二,满足宝宝口腔敏感期发展。对于小孩子来说,啃手指是一种智力发育的表现,在长牙的阶段总是喜欢咬一些东西,这也是很正常的。所以,家长要给孩子吃些容易咀嚼的食物,配备一些不容易咬坏的餐具。

第三,缓解孩子的心理依赖。有些孩子啃手指其实是一种情绪的表现,当他们感到紧张或是难过的时候,总是会将手指放到嘴巴里去啃。想要一步步纠正孩子的这个习惯,就要找到源头,帮助孩子缓解情绪,降低负面情绪的影响。

## 警惕这种被忽视的视力“杀手”

文 / 王丽娟

(湖南省儿童医院神经内科二科)

社会在进步,眼睛视力却日益下降——这是为什么?在众多的原因中,或许我们都忽视了一个重要因素,那就是噪音。

所谓噪音,就是干扰了人们正常生活、工作和学习等活动,让我们感到厌烦和恼怒,进而危害我们的身心健康的光线。

视觉环境中的噪音污染大致分为三种:室外环境污染,如建筑物外墙;室内环境污染,如室内装修、室内不良的光色环境等;局部视觉环境污染,如书本纸张、电子产品及一些工业产品等。

那么,有什么办法能够减少噪音污染呢?比如,室内装饰时,宜使用消光涂料,因为光线照射到消光涂料表面发生漫反射,给我们一种宁静、柔和的感觉,不会损害我们的视力;又比如,可以在我们的周围放置一些绿色植物或一些时令花,改善和调节环境;另外,我们一定要注意用眼时间,不要疲劳用眼,不要长期在噪音环境下用眼,建议多远眺,看看绿色植物、绿色山脉等。

制图 / 潘潘