



澄清醫院
CHENG CHING HOSPITAL

- 認識氣喘 -

一. 氣喘是什麼？

1. 氣喘是一種肺部的呼吸道疾病。
2. 氣喘不是傳染病，您可能於任何年紀得到氣喘。
3. 家庭中可能不只一個人得到氣喘。
4. 空氣經呼吸道進入肺部，呼吸道如樹枝般，越近末端分支越細。當氣喘控制良好，呼吸道變得乾淨，氣體將容易進入肺部，呼吸會很順暢。

二. 氣喘有什麼症狀呢？

1. 胸悶 (呼吸困難) → 咳嗽 → 喘鳴。
2. 無法專心讀書、工作。
3. 睡眠中因咳嗽或呼吸困難而醒來。

三. 氣喘時呼吸道有什麼變化呢？

1. 呼吸道受到刺激物的刺激，而出現發炎的現象。
2. 支氣管呼吸道黏液的分泌增加。
3. 呼吸道會變得狹窄或腫脹。
4. 僅有少數氣體能進出呼吸道；會出現咳嗽和喘鳴及覺得胸悶。

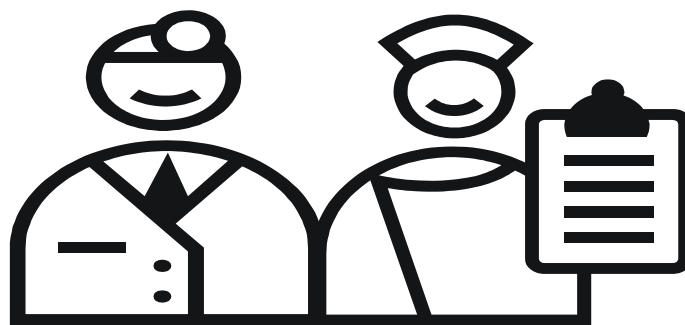
從專業醫療到無限關懷！

四.氣喘發作的原因有哪些呢？

- 1.過敏原刺激物，會引起氣喘發作，包括：
家中灰塵、動物、花粉、塵蟎、黴菌、蟑螂、抽煙或二手菸。
- 2.非過敏原刺激物，也會導致氣喘發作，包括：
空氣污染、氣溫變化(變冷或變潮濕)、感冒、冰冷飲料、突然劇烈運動、情緒因素。

五.如何預防氣喘發作呢？

- 1.居家環境要避免誘發氣喘發作的東西，保持室內通風及清潔。
- 2.每兩週使用 55°C 熱水清洗床單、被套；並以陽光曝曬。
- 3.家中不使用彈簧床(如果使用要以防蟎床套包覆)、不使用地毯。
- 4.避免去人多的公共場所。
- 5.少吃冰冷食物。
- 6.運動前15分鐘先做暖身運動，並使用支氣管擴張劑。
- 7.保持心情輕鬆愉快。
- 8.大部份氣喘病患都需要二種氣喘控制藥物：
每個氣喘病患皆需要快速緩解氣喘發作藥物。
許多病患也需要每天使用預防藥物，保護肺部及預防氣喘發作。
- 9.定期返診追蹤，與您的醫師討論您氣喘的控制情形也是很重要的。



.....

■地址 / 台中市中港路三段118號 ■電話 / (04) 24632000
■電腦語音掛號 / (04) 24632250 ■人工預約掛號 / (04) 24631166
■網址 / www.ccgh.com.tw 2011/03/18 二修