

10
大医生开讲

了解儿童哮喘 让宝宝们顺享呼吸



□本报记者 杨晨声 陈香

哮喘,是一种严重影响小儿身心健康的最常见呼吸道疾病。

近年来儿童哮喘的患病率有上升趋势,已成为危害儿童健康的主要慢性疾病之一。

目前,有许多家长在思想上认为“哮喘治不好,用药有副作用,哮喘不会遗传,孩子长大后哮喘自然就好了”,因此错过了最佳治疗时间。其实不积极治疗对儿童的生长发育将带来较大损害,小儿哮喘反复发作后,很容易导致胸廓发育畸形、肋骨骨折,还可能诱发肺心病和肺气肿,威胁孩子生命健康。

12月14日晚7点,厦门市妇幼保健院院长吴谨准做客本期《大医生开讲》,一起探讨关于小儿哮喘的那些事。截至目前,本次直播多平台在线观看与回看人次超过30万。

直播过程中,网友纷纷向专家提问。



很多儿童出现的是不典型的哮喘症状,例如咳嗽变异性哮喘,这类哮喘,孩子会反复咳嗽但不会喘,常常容易被家长忽略。所以吴谨准提醒家长,没有喘息也不等于就没有哮喘。

儿童哮喘能治愈吗?吴谨准表示,目前哮喘较难达到完全治愈,但是患儿可以得到较好的控制和缓解。

哮喘作为一种慢性气道炎症,必须坚持长期规范治疗,才能达到良好控制。任何擅自减药停药,会造成急性发作等严重后果,不仅影响孩子的健康,甚至会危及生命。

所以,哮喘控制治疗应该尽早开始,并坚持长期、持续、规范、个体化治疗原则。只有通过有效的哮喘防治与管理,才可以控制哮喘长期不复发。

02 过敏性鼻炎也会发展为哮喘

70%过敏性鼻炎的儿童没有控制好,可能会发展为哮喘。过敏性鼻炎和哮喘,是怎么联系到一起的?

吴谨准解释,过敏性鼻炎是接触过敏原引发的一种鼻腔炎症,哮喘则以支气管出现慢性炎症反应为主要特征,均属于气道变应性疾病。鼻腔、鼻窦等上呼吸道与支气管等下呼吸道同属一条气道,两者发病密切相关。

当鼻腔因接触过敏原出现鼻黏膜肿胀、分泌物堵塞时,患者会从鼻呼吸被迫转为口呼吸,空气中的过敏原、细菌便可直接进入和刺激下呼吸道,增加哮喘的发病几率。

过敏性鼻炎患者大多有鼻后滴漏现象,当鼻腔分泌物进入下呼吸道,其内的过敏原、机体分泌的炎性物质也会直接刺激下呼吸道。

所以过敏性鼻炎患者千万不要把自己拖成哮喘,不仅会使症状

更难控制,还可能逐年加重,从季节发作演变为常年发作。

03 吸入类药物,没那么可怕

虽然哮喘有很好的治疗手段,但有些病人却不敢或不愿用药。

这往往是出于对药物的误解:有的人认为,激素类药物无法根治哮喘,还会导致发胖、股骨头坏死等症状,那干脆就不用药了!

实际上,治疗哮喘时使用的糖皮质激素,是直接吸入到肺里发挥作用的。与口服激素不同,这种吸入类药物的单次用药剂量不大,控制得十分精准。



口服激素药物可能会在咽下去之后被肝脏灭活,但吸入类药物直接作用于肺部,对身体其他部位基本没有影响。

吴谨准强调,治疗儿童哮喘要趁早,由于儿童的免疫功能不完善,肺及气管、支气管发育尚未完全成熟,所以儿童哮喘的发病率高于成人。但经过规范治疗,随着感染减少和肺功能的逐渐发育,80%~90%患儿的哮喘症状会在小学时期逐渐消失。

如果不重视早期正规治疗,可能影响孩子的肺部发育。尤其多重过敏的重症哮喘,患儿可发展为成人哮喘,且成年后慢性阻塞性肺病的发生率会明显升高。



扫描二维码,加入卫生报儿童健康交流2群

04 哮喘与遗传有一定的关系

“哮喘与遗传有一定的关系,如果父母双方或一方患有哮喘,子女患病的可能性较高。”吴谨准提出。

哮喘的病因复杂多样,除了遗传因素,还有环境因素。环境因素包括空气污染、吸烟、呼吸道感染、气候变化等。这些因素可能单独或共同作用,导致哮喘的发生和发展。

此外哮喘的形成和反复发作,是多种因素综合作用的结果:吸入致敏原(尘螨、花粉、动物毛屑等)、精神因素、运动等。

儿童哮喘的治疗过程中要遵循医嘱,及时复诊。注意周围环境,减少与过敏原接触,避免暴露于污染环境;家中不要吸烟,要保持心理健康,适当运动,控制体重;对严重过敏原可以进行脱敏治疗;家中常备药物,要注意监测病情。

吴谨准提醒,最近季节交替,温度和湿度的急剧变化,会使患儿的气道反应性增高,引起哮喘发作。所以,家长要注意随气温变化及时给孩子增减衣物,勤洗、勤晒衣物被褥。

哮喘并不可怕,关键在于预防和控制。通过全面的规范治疗,才能使儿童哮喘得到良好控制,改善生活质量。

直播观察

直播中,我留意到不少家长询问了儿童腺样体肥大的问题。吴院长提到,腺样体肥大是呼吸哮喘门诊中常见的一种疾病,十万名哮喘患儿,其中两万名就是腺样体肥大患者。

腺样体肥大有两种治疗方法:保守治疗以及手术治疗。吴院长特别提醒,孩子七岁之前的腺样体肥大都是正常的,过了七岁后腺样体会慢慢萎缩,只要消到60%以下,气流受限和堵塞的影响就非常小了。对于严重影响睡眠的腺样体肥大患儿来说要考虑佩戴呼吸机。

如果选择外科手术,不能忽视其中20%的复发率,后续还需定期随访和持续药物控制。

通过医生与患者的相互配合,家庭与社会的关爱和支持,坚持科学治疗、长期管理,会有越来越多的患儿摆脱哮喘困扰,享受自由呼吸!

活动组织

主办单位:福建卫生报、福建日报·新福建客户端

协办单位:厦门市妇幼保健院

支持单位:雅培贸易(上海)有限公司

01 没有喘息≠没有哮喘 哮喘能治愈吗

哮喘,全称为支气管哮喘,是一种慢性气道疾病,以气道出现慢性炎症反应为主要特征。

慢性炎症形成后,气道敏感性增高,在外界各种因素的刺激下,通往肺部的气道变得狭窄,通过气道的气流因而受限,临床表现为喘息、咳嗽、气促、胸闷,夜间和凌晨明显,发作次数一般要达到2次以上,也就是至少3次。

如果孩子出现以上症状,家长就要警惕了,需要考虑是否患有哮喘。

但是很多家长看到“哮喘”这个词,就认为哮喘的症状一定是又哮又喘。实际上,哮喘有多种类型,喘息发作只是其中之一