

忽视慢阻肺病 走得步履维艰



□本报记者 杨晨声

近日,福建医科大学附属第一医院呼吸科接诊了65岁的患者王大爷,他因呼吸困难加剧前来就诊。经过详细检查,王大爷被确诊为慢性阻塞性肺疾病(简称慢阻肺病),且病情已发展至GOLD4级——极重度阻塞性通气功能障碍。这一诊断结果让王大爷

震惊不已,更让他难以接受的是,医生告知他的肺部健康已经无法恢复到从前。

面对王大爷的病情,主治医生陈丽深感痛心。她指出,慢阻肺病是一种不可逆的疾病,由于王大爷未能及时接受有效治疗,他的肺部功能已经遭受了严重损害。这意味着,在未来的日子里,王大爷可能会一直伴随着喘息声生活,甚至说话都可能变得困难。更

为严重的是,这种病情还可能进一步恶化,直接威胁到他的生命。

陈医生特别提醒大家,慢阻肺病作为一种常见的呼吸系统疾病,往往因为症状不明显而被忽视。然而,一旦病情恶化,治疗难度将大大增加。因此,定期进行肺功能检查,及时发现并治疗慢阻肺病,是保护肺部健康、避免健康遗憾的关键。

01 从活力四射到步履维艰 福州大爷懊悔不已

王大爷曾是个身体健康、活力四射的老人。然而,自从一次感冒后,他的生活轨迹发生了巨大的变化。从原本轻松攀爬楼梯,到后来连一层楼梯都爬得力不从心;从饭后散步的惬意时光,到走了20米就得停下歇息,呼吸困难渐渐成为王大爷生活中的“常客”。

面对这一突如其来的变化,王大爷在家人的陪同下前往医院就诊。经过肺功能等一系列详细检查,他得知自己的肺功能已经严重受损。面对医生的诊断,王大爷不禁质疑:“为什么感冒

会导致这么严重的后果?”在陈丽医生的提醒下,王大爷回想起两年前自己曾做过一次肺功能检查,当时的结果为中重度阻塞性通气功能障碍,但自己并未放在心上。医生曾建议他去呼吸科就诊,但他却认为爬楼梯慢点只是老年人的正常现象,因此并未接受系统治疗,甚至继续保持着不良的生活习惯,如饭后吸烟、打麻将时烟雾缭绕。

在陈丽医生耐心的解释与教育下,王大爷脸上写满了懊悔与羞愧。他意识到,如果两年前能够听从医生的建议,积极治疗慢阻肺病,他的肺功能或许不会下降得如此迅速,自己也不会如此痛苦。这也再次提醒大家,面对慢阻肺病等慢性疾病,及时发现、及时治疗至关重要。

02 症状与肺功能检查 哪个更可靠?

在我国,慢阻肺病已成为继高血压、糖尿病之后的第三大常见慢性病,近1亿人深受其害。它以长期反复咳嗽、咳痰、气喘和呼吸困难等症状为主要表现。其“元凶”通常是长期暴露于有害颗粒或气体,如吸烟、空气污染等。

然而,很多人习惯像王大爷一样用症状来评估疾病的严重程度,但这种方法往往不可靠。陈丽强调,慢阻肺病不仅严重影响患者的生活质量,还可能引发诸如肺心病、呼吸衰竭等严重并发症,甚至威胁生命。研究显示,超过70.3%的慢阻肺病患者无症状或症状较少。一旦症状出现,患者的肺功能可能已经损失了50%左右。因此,肺功能检查成为诊断慢阻肺病的“金标准”。定期进行肺功能检查可以为包括慢阻肺病在内的多种肺部疾病提供早期诊断和及时治疗干预的机会。

今年“世界慢性阻塞性肺病日”的主



陈丽医生在为患者做肺功能检查

题为“知晓你的肺功能”。为了加强慢阻肺病的防治工作,国家卫生健康委发布了《健康中国行动——慢性呼吸系统疾病防治行动实施方案(2024—2030年)》。该方案强调要开展慢性阻塞性肺疾病高危人群筛查和危险因素干预,加强筛查与早诊早治的衔接。同时,推动将肺功能检查纳入40岁及以上人群常规体检内容,并提倡40岁及以上人群或慢性呼吸系统疾病高危人群每年检查1次肺功能。

慢阻肺病自我筛查问卷

问题	回答	评分标准	得分
1.您的年龄	35~49岁	0	
	50~59岁	4	
	60~69岁	8	
	70岁以上	11	
2.你吸烟总量(包·年) =每天吸烟(包)×吸烟(年)	从不吸烟	0	
	1-14包·年	2	
	15-30包·年	4	
	≥30包·年	5	
3.您的体重指数(kg/m²) =体重(公斤)/身高²(米²)	<18.5	7	
	18.5-23.9	4	
	24-27.9	1	
	≥28	0	
4.没感冒时您是否常有咳嗽?	是	5	
	否	0	
5.您平时是否有气促?	没有气促	0	
	在平地急行或爬小坡时感觉气促	3	
	平底正常行走时感觉气促	6	
6.您主要使用过生物燃料烹饪吗? 生物燃料指利用生物体制取的燃料,比如用玉米秆、玉米芯等。	是	1	
	否	0	
7.您父母兄弟姐妹及子女是否有人患慢支炎、肺气肿或慢阻肺?	是	3	
	否	0	
如果您的总分≥16, 您需找医生进一步检查, 明确是否患慢阻肺。		总分	

为了帮助大家了解自己的肺功能状况,特别附上《慢阻肺病自我筛查问卷》。陈丽提醒广大市民,如果自评得分≥16分,建议尽快咨询呼吸专科医师,进一步接受肺功能检查。