

## 氣喘

時逢季節交替之際，冷熱無常的天氣，使得許多氣喘病患老毛病又犯了，甚至急救不及變成植物人，醫師特別提醒氣喘患者不可掉以輕心，萬一不幸病發時，不妨嘗試著噤嘴式呼吸，即先吸一口長氣後，嘴呈蠟燭狀，再慢慢吐氣，重點是使吐氣時間比吸氣時間長，以減輕呼吸不適的症狀，同時呼籲患者務必遵醫囑服藥，定期門診複檢，才能遠離氣喘威脅。

根據調查顯示，台北市學童氣喘盛行率二十年來增加八倍，死亡率為十萬分之五至七，但急性呼吸衰竭死亡率高達 20%，是致命率高的「有聲殺手」。氣喘是一種慢性的呼吸道發炎疾病，症狀可持續相當久，包括呼吸困難、喘鳴、胸悶及超過一周以上的咳嗽；但並非所有病人都有喘鳴聲，有些人可能只有咳嗽，尤其時常發生在夜晚與運動過後，常被視為一般感冒，疏於治療。

氣喘雖無法痊癒，但可以控制，即使是症狀相當輕微，也須儘早治療，以免症狀惡化。一般來說患者皆以類固醇治療為主，臨床使用的類固醇為吸入性噴劑，主要作用在肺部，不像口服類固醇會出現水腫、月亮臉等全身副作用，患者使用後，只要學會正確漱口，臨床報告幾乎沒有副作用。

為了隨時掌握病情的變化，瞭解肺功能的運作，醫師建議患有氣喘毛病的患者能每天接受尖峰流速測驗，測定每天吹出的呼吸量藉以評估病情，並隨身攜帶藥物，一旦感到不適，就應用藥，如果症狀未見緩解，就應及早就醫，千萬不要置之不理而危及生命。