

为啥那么多人换季就咳嗽?

呼吸与危重症学科专家为您答疑解惑

咳嗽,是大家都会遇到的一种呼吸道常见症状。常见的感染后咳嗽,多能在短时间内自愈,但也有小部分咳嗽,就像“狗皮膏药”一样粘上了就很难甩掉,让人头疼不已。

咳嗽的背后可能隐藏着哪些疾病?为什么一到换季就会有那么多人咳嗽?什么样的咳嗽需要格外引起注意?我们平时应该如何对待各种咳嗽?针对这些问题,宁波大学附属第一医院呼吸与危重症学科的曹超主任医师为您解答。



咳嗽拖着不去医院 会发展成肺炎或者哮喘吗?

曹超介绍,咳嗽其实是一种防御性的神经反射,比如在喝水吃东西呛到后,就会通过咳嗽的方式把异物咳出来。咳嗽跟很多因素有关:季节变换,气温降低,气道受到刺激,可能会引起咳嗽;天气干燥,粉尘来袭,可能会引起咳嗽;春暖花开,花粉飘飞,可能会引起咳嗽;此外,很多慢性气道疾病,如哮喘、慢阻肺、老慢支等,咳嗽是常见的临床表现。

“按照发病时间的长短,咳嗽可分为急性咳嗽、亚急性咳嗽、慢性咳嗽,持续时间在3周以内的是急性咳嗽,在3周到8周的是亚急性咳嗽,在8周以上的是慢性咳嗽。除此之外,咳嗽还可分为干咳和湿咳,如果每天咳痰量在10毫升以上,那就是湿咳,如果没有痰或者咳痰量在10毫升以下就是干咳。”

曹医生表示,如果是明确的上呼吸道感染引起的咳嗽,以干咳或者咳白痰为主,那么这个咳嗽随着时间的推移通常都能逐渐缓解,不需要过分担心;但如果是长期的慢性咳嗽,特别是一些咳黄痰或者痰中带血的咳嗽,以及一些有胸闷、气急伴随症状的咳嗽,务必尽早去医院诊治,千万不要拖。

那么,如果咳嗽一直拖着不去医院,可能会发展成肺炎或者哮喘吗?曹医生解释,在肺炎和哮喘这两种疾病中,咳嗽只是其中的一种症状,是肺炎和哮喘可表现为咳嗽,而不是咳嗽会引起肺炎和哮喘。

“有些人会说,我咳嗽一直没去看,最后都咳成肺炎了,这种说法是因果倒置。其实是他先有肺炎,再有咳嗽。可能是发生肺炎时他不知道是肺炎,也没有对症治疗,等出现咳嗽很长时间都没缓解时,他才去医院拍片子检查出肺炎,这时候他就误认为是咳嗽导致了肺炎。”

据曹医生介绍,哮喘是咳嗽的一个很常见的

病因。有一种特殊类型的哮喘,没有喘息,也没有哮鸣音,只有咳嗽,叫咳嗽变异性哮喘,由这种哮喘引起的咳嗽,在慢性咳嗽人群中占1/4到1/3。所以,治疗咳嗽,一定要找对病因,有些病因可能比较隐蔽,需要请医生精准识别。

慢阻肺和老慢支不是一回事 老慢支最主要原因是吸烟

慢阻肺是引起咳嗽的另一个重要因素,不过,曹超表示,慢阻肺与咳嗽不存在绝对的因果关系,有的慢阻肺并不会出现咳嗽症状,仅表现为气促。

“如果把支气管比作自来水管,正常人的自来水管流出的水是清澈的,而慢阻肺病人的自来水管就像生锈了一样,流出的水是浑浊的,而且这个生锈的管道,会变得很狭窄,水流也就很小。此外,我们正常人的肺像气球一样,能够自由扩张,而慢阻肺病人的肺就不能,导致有效肺活量很低。”

曹医生说,从门诊情况来看,很多人对慢阻肺的认识都非常欠缺,有些患者甚至置之不理,事实上,一旦确诊慢阻肺,应及时进行正规治疗,与此同时,要做好以下这些注意事项:

一、戒烟。吸烟是引发慢阻肺的重要因素之一,慢阻肺的病人70%~80%都是“老烟枪”,对于这些病人,首先就是要戒烟。

二、适当运动。很多慢阻肺病人因为活动度下降而不愿意运动,这其实对疾病控制是不利的,建议病人可以在自己能力范围内做一些比较舒缓的运动。

三、营养支持。慢阻肺后期的消耗很大,需要充足营养,同时要保证充分的睡眠。

值得一提的是,日常生活中人们在提起慢阻肺时,很容易与老慢支混淆。曹医生解释,老慢支和慢阻肺并不是一回事,老慢支一般是指慢性支气管炎,最主要的原因是吸烟,如果老慢支长期存在,炎症反复引起气道平滑肌的冲动,久而久之

之也可能引起慢阻肺的发生。

肺结节通常不会引起咳嗽 如何正确对待肺结节?

“肺结节”是近年来一个热门的医学名词,备受老百姓关注,因为越来越多人被查出肺结节。那么,肺结节跟咳嗽有什么关系?我们应该如何对待肺结节?

“有些人咳嗽来医院拍CT,拍出来发现自己有肺结节,就认为是这个结节引起咳嗽。但其实,大多数肺结节都不会引起任何临床症状,所以他的咳嗽可能还是其他病因引起的,比如肺炎。”

曹超介绍,肺结节一般是指直径小于3厘米的肺部病灶,小于1厘米的叫小结节,小于5毫米的叫微小结节。有些病人感染新冠病毒以后被查出肺结节,很担心,心想为什么以前没有现在有了,其实有些本来就有,只是这次检查才发现,另外也有部分肺部磨玻璃样改变可能是由病毒感染引起的,如果不严重,这种情况一般几个月内就能自行吸收,不会对身体造成太大影响。

“对于肺结节,大家也不用太恐慌。打个比方,我们很多人随着年龄的增长,皮肤上可能会长痣,这种痣也可能是皮肤癌,但通常概率很小,肺结节就像长在肺里面的痣,大多数都是良性的,只有少部分有恶性的风险。在我的门诊中,因为肺结节来就诊的病人七八成以上都是良性。”

曹医生表示,肺结节根据形态可分为三类:磨玻璃结节、实性结节、混合结节。很多原因都可以形成肺结节,比如肺部的炎症感染,还有一些良性的肿瘤也可以表现为结节。

曹医生建议:查出肺结节,根据结节大小及风险决定随访时间,多数可以三到六个月复查一次,如果长期随访发现没什么变化,可以调整为一年复查一次。如果是良性结节,大部分不需要干预和治疗,如果考虑是恶性结节,可采取手术或者微波消融、冷冻消融等方式治疗。

据宁波晚报



重阳敬老

农 / 历 / 九 / 月 / 初 / 九

**凭老年证可享: 舟山日报420元/年
舟山晚报238元/年**

(舟山日报原订价460元/年, 舟山晚报原订价288元/年)