咳、痰、喘？小心慢阻肺病找上您！

作者： 时间：2024-07-30

慢阻肺病的危害

慢阻肺病，全称慢性阻塞性肺疾病，是一种非常常见的肺部疾病。它就像肺里发生了“ 交通堵塞 ”，使得空气难以进出，让人感到呼吸困难。

这个疾病不仅会让肺部出问题，还会影响全身健康。随着肺功能损伤日益加重，不仅呼吸系统的功能会衰退，还会增加心脏负担，发展成肺源性心脏病，并可能出现代谢综合征、认知障碍、焦虑和抑郁等并发症，最终因呼吸衰竭和全身脏器衰竭而死亡。

慢阻肺病的危害

慢阻肺病的危险因素主要有**个人因素**和**环境因素**。

个人因素

遗传、早产或出生低体重、哮喘病史、儿童期严重或反复出现的下呼吸道感染、高龄等。

环境因素

1. 吸烟和被动吸烟。值得注意的是，孕妇吸烟可能会影响胎儿的肺脏发育，从而增加患慢阻肺病的风险。使用电子烟也会增加患病风险。

2. 燃料烟雾。主要是指燃烧柴草、煤炭和动物粪便等燃料产生的烟雾。在农村烧麦秆、柴、木炭等做饭，烧烤、做饭产生的油烟等都是造成慢阻肺病发生的重要原因之一。

3. 空气污染。长期暴露在空气污染的环境中也是患慢阻肺病的危险因素。

4. 职业性粉尘和化学物质污染，比如从事采矿作业的工人、油漆工等。

5. 下呼吸道感染。感染是促使慢阻肺病发生发展的重要因素之一，下呼吸道感染、结核分枝杆菌感染、艾滋病感染等都是慢阻肺病的危险因素。

吸烟和被动吸烟

孕妇吸烟

电子烟

烧柴草、煤炭和动物粪便等燃料产生的烟雾

烧烤、做饭的油烟

雾霾、空气污染

职业性粉尘和化学物质污染

呼吸系统感染等

公众号 · 云康学苑

慢阻肺病的症状

慢阻肺病早期可以没有明显的症状，但随着病情进展，会出现慢性咳嗽、咳痰和呼吸困难的症状。

症状一：慢性咳嗽

症状二：咳痰

少数患者可能只咳嗽不咳痰，但大多数患者都会出现咳痰的情况。

经常在早上起床时候剧烈咳嗽时咳出，痰液大多为白色泡沫或者黏液、浆液样。黏液状痰液就像黏稠的胶水，不容易流动；浆液样痰液比较稀薄，类似于稀释后的牛奶或者白开水，通常没有黏性，容易流动。

在病情急性加重合并感染时，会变成脓痰不易咳出。

症状三：呼吸困难

在慢阻肺病的早期，患者可能只在运动、劳作时候出现喘不上气的情况。随着病情发展，呼吸困难会逐渐加重，甚至在日常生活或休息时也会感觉“ 气不够用 ”。因此，活动后的呼吸困难也被认为是慢阻肺病的典型症状之一。

慢阻肺病的筛查

慢阻肺病大多在中年发病，因此，如果您的年龄大于40岁，并出现慢性咳嗽、咳痰、呼吸困难等症状时千万不要大意，主动前往医院进行慢阻肺病的筛查。

目前肺功能检查是慢阻肺病诊断的“金标准”，也是判断慢阻肺病严重程度、监测病情进展以及治疗反应的重要检查。当您去的医院不能开展肺功能检查服务，通常会让您做一个筛查问卷，如果问卷得分≥16分，医生会建议您去更高级别的医院进行进一步的诊断和治疗。

往期回顾

中国患者近1亿，您听说过这个病吗？

云南省健康与发展研究会 www.yhdra.org

Tech Support：Tekin

QQ:932256355

Mobile: 13888011868