

“咳”不容缓 别把咳嗽当感冒

北京大学人民医院青岛医院呼吸与危重症医学科主任余兵教授:咳嗽迁延不愈应及时就医



近来,天气变化多端,身边患咳嗽的人也多了起来。一旦咳嗽,很多人先想到感冒、嗓子发炎。这只是诱发咳嗽的重要原因之一,此外很多情况也会引起咳嗽。就此问题,记者采访了北京大学人民医院呼吸与危重症医学科专家余兵教授,听她讲引起咳嗽的主要原因。

咳嗽首诊要到呼吸科

“咳嗽是一种呼吸道受到刺激后引起的生理反射。”余兵主任说,虽然咳嗽是呼吸系统疾病最常见的症状,但许多呼吸系统以外的疾病也可以引起慢性咳嗽。“大多数咳嗽患者会首先就诊呼吸科,这是对的。”余兵主任说,专业的呼吸科医生充分了解各种咳嗽的原因和检查治疗的方法,即使导致患者咳嗽的原因不是呼吸系统疾病,呼吸专科医生也会提供恰当的建议,“所以,如果患者还不知道是什么原因导致咳嗽时,应到呼吸专科首诊,排除呼吸道感染后,再做进一步检查,比如拍胸片、做CT、做纤维支气管镜检查,然后到相关科室予以确诊。”

“按咳嗽时间的长短,通常分为急性咳嗽、亚急性咳嗽和慢性咳嗽,其中,急性咳嗽时间<3周,亚急性咳嗽3—8周,慢性咳嗽≥8周。”余兵说,临床上查明咳嗽的病因是治疗的关键,普通感冒是急性咳嗽最常见的病因,其他病因包括急性支气管炎、急性鼻窦炎、过敏性鼻炎、慢性支气管炎急性发作、哮喘发作等,而亚急性咳嗽最常见的原因是感冒后咳嗽、细菌性鼻窦炎、哮喘等。

“慢性咳嗽的原因很多,最常见的有五大类。”余兵介绍,咳嗽变异性哮喘、上气道咳嗽综合征、嗜酸性粒细胞性支气管炎、胃食管反流咳嗽,以及变应性咳嗽。

当心咳嗽变异性哮喘

在被“咳嗽”反反复复折磨了2个月,45岁的陈女士实在受不了了。两个月以来,白天还算正常,到了晚上,她咳的几乎整晚睡不着觉,有时候只是稍微平躺一点都觉得难受。由于一直以为是着凉感冒了导致咳嗽,她自己在药店买了很多止咳药,后来去当地社区打了“消炎针”也效果甚微。被咳嗽折磨的陈女士来到北京大学人民医院青岛医院呼吸内科就诊。余兵主任接诊后,结合相关检查,发现病因不是普通的感冒咳嗽,确诊患者患有“咳嗽变异性哮喘”。

确诊后,团队一边调整治疗方案,一边给予心理疏导。仅三天时间,陈女士的“咳嗽”症状就消失了,当晚就



名医档案

余兵 北京大学人民医院呼吸与危重症医学科副主任医师,医学博士。多年来从事气道疾病特别是支气管哮喘的临床及基础研究,担任北京中西医结合学会第四届变态反应专业委员会委员,先后参与包括卫生部国家科技支撑计划课题和哮喘临床相关的药理试验的实施,主要涉及哮喘及呼吸系统常见疾病。擅长诊治支气管哮喘、支气管扩张,慢性阻塞性肺疾病及慢性咳嗽等。

睡了一个“美美的好觉”,也是她两个月以来的第一个“整觉”。

余兵介绍,咳嗽变异性哮喘是哮喘的一种特殊类型,以咳嗽为唯一症状,所以误诊率非常高,常常在接触变应原(如螨虫、花粉等)、吸入冷空气或者刺激性气味后诱发,常常在夜间或者凌晨加剧,并且很多时候,病人就诊时已经使用了止咳药物和抗生素的治疗,但是都没有效果。咳嗽变异性哮喘患者的肺部CT往往是正常的,血常规有时可发现嗜酸性粒细胞升高,完善肺功能检查并予以支气管激发试验或支气管舒张试验进行诊断。

余兵提醒广大市民,咳嗽变异性哮喘以咳嗽为主要的或唯一症状,并不存在喘息、胸闷、气急等典型哮喘的症状,这也是其“变异”所在,因此咳嗽变异性哮喘在临床上很容易被忽视或误诊。如果市民咳嗽总是不好,应立即到医院就医,找到引起咳嗽的病因,然后对症治疗。如果长期拖延,可能引发多种并发症,后果不堪设想。

有些咳嗽病根在鼻子

“咳咳咳,咳咳咳,咳咳咳……”11岁的小星一月份以来反复咳嗽,频率不

断增加,没有好转的趋势。“孩子白天咳嗽比较明显,平躺和运动时咳嗽会加剧,晚上娃只要睡着了就能稍微好一些,这几天,孩子老说嗓子痒,像是被什么东西卡住了,鼻子也不太通气。”小星妈妈焦急地说。

“引起咳嗽的原因太多了,反复咳嗽不仅仅是支气管炎,不排除孩子有鼻炎或鼻后滴漏的情况存在。”余兵说,随后立即邀请耳鼻咽喉头颈外科医师进行会诊排查。耳鼻喉科专家为小星进行了鼻内镜检查,发现孩子双鼻腔黏膜苍白、肿胀见分泌物、腺样体略大,结合孩子现在的症状和咽部可见鹅卵石样改变,可以确诊小星是上气道咳嗽综合征(也叫鼻后滴漏综合征)。

经过系统治疗,5天后,小星的咳嗽症状终于消失,小星妈妈说,“原来鼻子的原因也可以引起咳嗽啊,以前我们真的不清楚,一直觉得是肺部的问题,太谢谢你们啦,这个困扰了我们的咳嗽问题终于解决了,我的心也可以放下了。”

余兵介绍,咳嗽实际是人体的一种保护性措施,借以排除自外界侵入呼吸道的异物及呼吸道中的分泌物,消除呼吸道刺激因子,在防御呼吸道感染方面具有重要意义。如果咳嗽不剧烈,可以先多喝水,观察患者咳嗽变化。那么,按

照这种说法是否就不需要用止咳药了?当然不是。频繁剧烈的咳嗽也可引起呕吐,影响睡眠,消耗体力,或使已受损的呼吸道引发出血,这时候我们是需要对症处理的,因此,需要尽快找到引起咳嗽的原因,对因治疗才是解决问题的最根本方法,余兵主任说。

胃食管反流也会引发咳嗽

从20多年前起,刘女士就出现咳嗽哮喘。她辗转多家医院,接受过止咳平喘等治疗,也尝试找到过敏原,但都没有明显改善。3个月前,她来到了医院,医生怀疑咳嗽是胃食管反流所致,于是转诊至消化内科门诊。医生为刘女士做了经食道动态压力测定联合24小时食道pH监测,后诊断为胃食管反流。

“胃食管反流病是胃内容物反流至食管引起的不适症状或并发症,部分患者可反流至咽喉、口腔、鼻腔等。”余兵表示,典型的症状是反酸、烧心,但其实还有相当一部分患者像刘女士这样是以食管外症状为主的,比如反复发作的咽炎、咳嗽气喘、鼻炎等,还会引起肺纤维化等病变。医生在检查中发现刘女士存在贲门松弛,这也是她发生胃食管反流的原因之一。

余兵介绍,胃食管反流病是指胃、十二指肠内容物反流入食管,引起反流、烧心等症状的临床综合征,属上消化道功能性疾病。胃食管反流的典型症状包括反酸、烧心;不典型症状的包括胸痛、上腹痛等;除此之外,还有食管外症状,比如反流性咳嗽、反流性咽喉炎等。目前经过有效的治疗和饮食习惯的改变,刘女士的胃酸反流症状明显好转,困扰20多年的咳嗽哮喘症状也已经消失。

相关链接

北京大学人民医院呼吸与危重症医学科始建于1962年。历经几代人的努力,科室已发展成为全国呼吸疑难与危重症临床诊疗中心,获得“国家临床重点专科”殊荣。设立慢性阻塞性肺疾病、哮喘、肺部感染、呼吸危重症、肺癌、介入呼吸病学、肺间质病、肺栓塞及肺血管病等专业组,形成一批技术全面、结构合理、能力突出的专业团队。



别把咳嗽当感冒。资料图片

观海新闻/青岛早报记者 徐小钦
院方供图(除署名外)