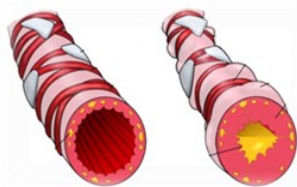




什麼是哮喘？

哮喘是一種肺部呼吸道疾病。哮喘患者的呼吸道對於引發其哮喘的不同誘因非常敏感。由於以下三大變化導致哮喘患者的呼吸道變窄，從而使氣體難以進出肺部：

- 呼吸道內粘膜紅腫；
- 呼吸道內部黏液增加，並且；
- 呼吸道周圍肌肉緊縮。



哮喘誘因

誘因是指能夠引發哮喘症狀的因素。患有哮喘的人務必瞭解他們的誘因為何，並且盡可能加以避免。三種常見的哮喘誘因是：

- 感冒和流感；
- 運動，和；
- 煙。



哮喘有哪些症狀？

- 呼吸急促；
- 氣喘；
- 胸悶；
- 持久、刺激性咳嗽—通常是在晚上、清晨或者進行體力活動時。

治療哮喘的藥物

如服用任何中藥，請記得告知您的醫生，並且不要忘了告訴您的中國自然治療師您患有哮喘。

治療哮喘的藥物種類很多，醫生會給患者開出以下一種或多種藥物用以治療哮喘

緩解劑

- 這是一種藍色的吸入劑，在哮喘發作或者哮喘加劇時使用；
- 它能迅速放鬆呼吸道周圍肌肉，使患者呼吸暢順；
- 您應當隨身攜帶；
- 如果哮喘患者每週使用吸入劑的次數超過三次，那就說明他的哮喘控制不佳，需要就醫。



預防劑

- 這是一種棕色或橙色的吸入劑；
- 舒緩呼吸道，減輕呼吸道內部腫脹，清除粘液；
- 並不是每個哮喘患者都需要吸入劑；
- 如果醫生要求您使用預防劑，那麼即使在您感覺良好的情況下您也應當每天攜帶，以便其發揮作用；
- 降低嚴重哮喘病發的可能性。



聯合藥劑

- 是一種紫色或紅色/白色吸入劑；
- 這是一種聯合吸入劑並且是一種長效舒緩藥物
- 降低嚴重哮喘病發的可能性。



哮喘急救方案

如果您患有哮喘，發生以下情況時您需要就醫：

- 咳嗽、氣喘或者呼吸困難，由睡夢中咳醒；
- 每週需使用吸入劑的次數超過三次；
- 保持正常的活動和運動很費力；
- 無法確定對您最有效的藥物治療方式。

哮喘急救方案

如何判斷患者是否為哮喘發作？

如果哮喘患者：

- 呼吸困難；
- 嚴重胸悶；
- 無法言語；
- 表現焦慮；
- 使用吸入劑後這些症狀仍未得到緩解……，這很可能是哮喘發作！

立即施行哮喘急救方案。



第一步：讓病人坐直

- 使其平靜放鬆；
 - 不能讓患者獨自一人，無人陪護。
- (讓哮喘患者端正而坐能使他們呼吸輕鬆)



第二步：噴4次藍色緩解吸入劑

- 如果您有儲霧罐，請使用；
- 搖一搖吸入劑；
- 噴1次到儲霧罐中；
- 從儲霧罐中呼吸4次；
- 按該操作重複噴4次。



請記住：搖一搖、噴1次、呼吸4次
(該藥物服用安全，可挽救生命)

第三步：等待4分鐘

- 如果病情沒有緩解，如上所示再噴4



第四步：如果病情仍未有起色，請致電緊急救助（電話：000）

- 叫救護車並告知有人哮喘發作；
- 保持每4分鐘噴4次吸入劑，直到救護車到達。
- (如果您的手機無法撥通000後，請嘗試撥打112)

*如果沒有吸入劑和儲霧罐，您可以使用
Bricanyl Turbuhaler



您可致電 **Asthma Foundation of Victoria**，電話：**1800 278 462**，登陸**www.asthma.org.au** 或者諮詢醫生瞭解更多有關哮喘病的資訊。



欲尋求進一步協助，請致電翻譯口譯服務處 (Translating and Interpreting Service)，電話：

13 14 50 (每週7天，每天24小時)。