

# 哮喘病简介

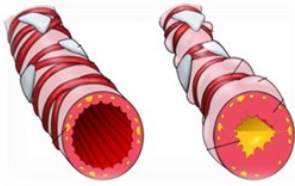
## SIMPLIFIED CHINESE Basic Asthma Factsheet



### 什么是哮喘？

哮喘是一种肺部呼吸道疾病。哮喘患者的呼吸道对于引发其哮喘的不同诱因非常敏感。由于以下三大变化导致哮喘患者的呼吸道变窄，从而使气体难以进出肺部：

- 呼吸道内粘膜红肿；
- 呼吸道内部黏液增加，并且；
- 呼吸道周围肌肉紧缩。



### 哮喘诱因

诱因是指能够引发哮喘症状的因素。患有哮喘的人务必了解他们的诱因为何，并且尽可能加以避免。三种常见的哮喘诱因是：

- 感冒和流感；
- 运动，和；
- 烟。



### 哮喘有哪些症状？

- 呼吸急促；
- 气喘；
- 胸闷；
- 持久、刺激性咳嗽——通常是在晚上、清晨或者进行体力活动时。

### 治疗哮喘的药物

如服用任何中药，请记得告知您的医生，并且不要忘了告诉您的中国自然治疗师您患有哮喘。

治疗哮喘的药物种类很多，医生会给患者开出以下一种或多种药物用以治疗哮喘：

### 缓解剂

- 这是一种蓝色的吸入剂，在哮喘发作或者哮喘加剧时使用；
- 它能迅速放松呼吸道周围肌肉，使患者呼吸轻松；
- 您应当随身携带；
- 如果哮喘患者每周使用吸入剂的次数超过三次，那就说明他的哮喘控制不佳，需要就医。



### 预防剂

- 这是一种棕色或橙色的吸入剂；
- 舒缓呼吸道，减轻呼吸道内部肿胀，祛除粘液；
- 并不是每个哮喘患者都需要吸入剂；
- 如果医生要求您使用预防剂，那么即使在您感觉良好的情况下您也应当每天携带，以便其发挥作用；
- 降低严重哮喘病发的可能性。



### 联合药剂

- 是一种紫色或红色/白色吸入剂；
- 这是一种联合吸入剂并且是一种长效舒缓药物；
- 降低严重哮喘病发的可能性。



如果您患有哮喘，发生以下情况时您需要就医：

- 咳嗽、气喘或者呼吸困难至醒；
- 每周需使用吸入剂的次数超过三次；
- 保持正常的活动和运动很费力；
- 无法确定对您最有效的药物治疗方式。

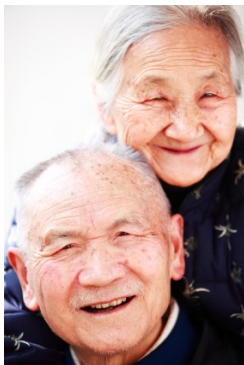
## 哮喘急救方案

如何判断患者是否为哮喘发作？

如果哮喘患者：

- 呼吸困难；
- 严重胸闷；
- 无法言语；
- 表现焦虑；
- 使用吸入剂后这些症状仍未得到缓解……，这很可能是哮喘发作！

### 立即施行哮喘急救方案



## 哮喘急救方案

### 第一步：让病人坐直

- 使其平静放松；
- 不能让患者独自一人，无人陪护。



### 第二步：喷4次蓝色缓解吸入剂

- 如果您有储雾罐，请使用；
- 摇一摇吸入剂；
- 喷1次到储雾罐中；
- 从储雾罐中呼吸4次；
- 按该操作重复喷4次。



### 第三步：等待4分钟

如果病情没有缓解，如上所示再喷4



### 第四步：如果病情仍未有起色，请致电紧急救助（电话：000）

- 叫救护车并告知有人哮喘发作；
- 保持每4分钟喷4次吸入剂，直到救护车到达。
- (如果您的手机无法拨通000后，请尝试拨打112)

\*如果没有吸入剂和储雾罐，您可以使用 *Bricanyl Turbuhaler*。



您可致电 **Asthma Foundation of Victoria**，电话：**1800 278 462**，登陆[www.asthma.org.au](http://www.asthma.org.au) 或咨询医生了解更多有关哮喘病的信息



欲寻求进一步协助，请致电翻译口译服务处（**Translating and Interpreting Service**），

电话：**13 14 50**（每周7天，每天24小时）。