

認識支氣管炎

一、 什麼是支氣管炎？

支氣管是空氣進出肺部的通道，當支氣管受到刺激或感染便有可能引起支氣管炎，分泌許多黏液，導致呼吸道受阻，出現咳嗽、咳痰或呼吸困難等症狀。支氣管炎可分為急性和慢性，急性的發炎通常是暫時性的，如果感染或刺激物消失，發炎就會緩解；但如果反覆發作或治療不當，也可能變成慢性支氣管炎。

二、 症狀：

乾咳、咳嗽有痰 	胸悶、胸口不適 	全身痠痛、疲倦 
發燒 	呼吸急促、有雜音 	

三、 治療：

- 急性支氣管炎**：以病毒感染居多，若確認是流感會給予抗病毒藥物，否則**大多以症狀治療為主**，如：咳嗽給予鎮咳劑、發燒給予退燒藥、受到細菌感染則給予抗生素；若急性支氣管炎的症狀嚴重時，須照X光片以查看是否併發肺炎。

2. **慢性支氣管炎**：其症狀持續時間較長，可能長達 3 個月，甚至是 2 年以上；由於是反覆發炎，治療以**控制、減輕症狀為主**，若是痰又多又濃，必須給予支氣管擴張劑或化痰劑，甚至服用皮質類固醇藥物。

四、預防方法：

1. 防止受涼，秋冬季要特別注意口、鼻、胸部及四肢的保暖。
2. 戒菸及避免處於二手菸的環境。
3. 預防感冒，定期施打流感疫苗。
4. 遠離污染的環境及空氣，必要時配戴口罩。
5. 保持居家環境清潔衛生。
6. 勤洗手，避免接觸病毒、細菌或是呼吸道疾病的病人。

【小叮嚀】

雖然急性支氣管炎與普通感冒一樣，即使不就醫也可靠自身免疫力慢慢恢復，但若支氣管反覆被感染、破壞，最後就會演變為慢性支氣管炎。慢性支氣管炎治療不當，可能引起支氣管擴張症、肺阻塞等難治的併發症，因此，**早期發現、早期治療是很重要的！**