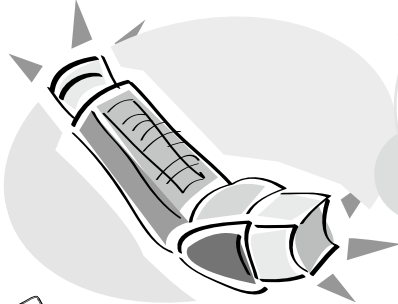


氣呼呼 氣喘之照護



壹、前言

過敏是與多重基因遺傳相關的慢性發炎反應，受到各種誘發因素的刺激所影響，當發炎反應產生於支氣管時，稱之為氣喘(asthma)。氣喘會導致呼吸道氣流阻滯及敏感現象，其特徵是呼吸困難，常引起之症狀：喘鳴、咳嗽、呼吸短促、胸悶。依疾病嚴重度，將氣喘分成四類做為臨床處置之依據：輕度間歇性氣喘、輕度持續性氣喘、中度持續性氣喘、重度持續性氣喘；嚴重度的判斷是以發作的頻率，氣道阻塞的程度及變異值為主。依氣喘發作的型態分類，分為季節性氣喘、咳嗽變異型氣喘、兒童氣喘及老年氣喘；所有氣喘發作型態與環境及其過敏原所引起的發炎反應皆相關，日常生活環境中外因性過敏原：例如塵蟎、花粉、黴菌、毛絮；內因性刺激：感冒、空氣污染、冷熱變化、劇烈運動等，皆為誘發氣喘發作之因子。

有效的治療方式是去除致病因子並防止發炎反應產生，改善居家環境，控制過敏原及刺激物，雖然無法治本，但能緩解氣喘症狀，若配合適當治療進而控制氣喘，即能與病共存。

■ 吳佩玟 衛生福利部胸腔病院護理師

貳、氣喘之定義

氣喘是氣道的慢性發炎疾病，會自行緩解或經由適當的治療改善。許多種類的細胞，尤其是肥大細胞(mast cell)、嗜伊紅性白血球(eosinophils)、T淋巴球(T-lymphocytes)及細胞素(cytokines)皆扮演重要的角色。氣喘病人的肺功能異常主要有：一、氣道過度反應，因氣管受到外因性(佔70-90%；IgE總量上升；如：吸入性過敏原與微生物成分)或內因性(佔10-30%；IgE總量不會上升；微生物成分)的刺激導致氣道過度收縮；二、急性氣流阻滯、反覆性的氣道阻滯與支氣管黏膜組織發炎反應有關，例如：(1)急性氣管收縮：主要經由免疫球蛋白E(IgE)誘發肥大細胞釋出組織胺(histamine)、前列腺素(prostaglandin)和白三烯素(leukotriene)引起平滑肌收縮、(2)氣道壁腫脹：氣道壁水腫或合併平滑肌收縮而造成、(3)慢性的黏液栓塞：主因黏液分泌、滲出的血清蛋白及細胞碎片所造成、(4)氣道壁的變形：嚴重氣喘反覆發炎所導致的結果。

參、氣喘的症狀與診斷

氣喘的主要症狀包括：喘鳴、咳嗽、

胸悶、呼吸困難。這些症狀可反覆發作，嚴重度與呼吸道狹窄的程度有關。此症候群具有以下之特徵：(1)氣道的慢性發炎反應、(2)氣道過度敏感、(3)不同程度的氣道阻塞現象。氣道阻塞可自行或經由藥物的使用而獲得可逆性或部分可逆性的緩解，診斷方式以肺功能測量為主，常用的測量方式為第一秒用力呼氣量(FEV1)及其與用力肺活量(FVC)的比值(FEV1/FVC)，或尖峰呼氣流速計(PEF)及藥物治療史的評估。另一方面，對過敏病患進行過敏狀況的評估(例如：皮膚針刺試驗或血清特異免疫球蛋白E的檢查)，查出可能引起過敏的物質，可作為過敏性氣喘的診斷參考。



肆、氣喘治療藥物

氣喘控制成功依賴四個要素：(1)了解氣喘及其處置方法、(2)控制誘發因素、(3)規則監測症狀及肺功能、(4)藥物治療，其中氣喘治療藥物主要依循階梯式的治療原則，當症狀受到良好控制，每三個月評估後再逐漸降階治療(逐漸減藥)。依照年齡層和氣喘不同時期治療，可分為兩種：(1)大於五歲或青少年或成人之氣喘階梯式治療。(2)五歲以下兒童之氣喘階梯式治療。依據氣喘創議組織(GINA; global initiative for asthma)指引建議，氣喘之階梯式治療主要分為三大部分：長效性氣喘控制藥物(例如：類固醇、 β 2-agonist支氣管擴張劑)、快速緩解藥物(例如：抗膽鹼類藥物、口服類固醇)及免疫療法；一、維持性藥物：必須每天使用，具預防、治療效果，

可降低支氣管黏膜發炎反應，主要包括類固醇、白三烯受體拮抗劑、持續釋放型茶鹼製劑(theophylline)、長效乙二型交感神經興奮劑、肥大細胞穩定劑、Anti-IgE；二、緩解藥物：支氣管擴張劑為急性發作時作緊急處置之用，包括短效乙二型交感神經興奮劑、抗乙醯膽鹼製劑、茶鹼製劑等。原則上吸入型藥物的副作用較少、藥效較快，短效乙二型交感神經興奮劑易產生耐藥性，應避免規則使用。



伍、結論

氣喘患者長期的藥物控制比急性發作時才針對症狀做治療，更能有效壓抑支氣管慢性發炎現象，對於氣喘症狀控制，肺功能改善，預防急性發作等均有益處。慢性氣喘為長期、頑固、無法緩解的氣喘，許多病患只注意症狀的控制，而忽略長期持續性呼吸道發炎的存在。因此每一位氣喘病人均應該接受完整的療程，包括適當的階段性治療、完整的衛教與評估，藉由及早治療及長期妥善控制，即可遠離氣喘的威脅。

氣喘目前已有的各種療法，配合環境控制、醫療人員的衛教、病患自我照護與藥物治療共同來完成，可減少急性期之發作，避免發生致命的危險性。對於氣喘相關的遺傳因子，以及與病毒感染之間的免疫反應等，是研究學者目前注重課題。希望在氣喘致病機制被更詳細研究之後，人類對氣喘這盛行率不斷竄升的疾病，在診斷、預防與治療方面，都可以有顯著的進展。