

# 慢性阻塞性肺病的危害及其防治

杜鹏

(保定市博野县人民医院)

摘要：本文论述慢性阻塞性肺病的危害及其防治策略，涉及慢性阻塞性肺疾病的危害、患病因素及其防治，工作经验所得，力求深入精微，探求透彻。

关键词：阻塞性；肺病；危害；环境；防治；

## 一、慢性阻塞性肺疾病的危害

慢性阻塞性肺疾病，英文叫作“Obstructive pulmonary disease”，此病具有明显的气流阻塞特征，患者表现为肺气肿或者慢性支气管炎，疾病常常恶性发展，成为肺源性心脏病，或者其它一些和呼吸衰竭有关的慢性疾病，比如气道感染、分泌物阻塞气道、高压肺创伤等并发症。至于肺性脑病、消化道出血、休克和代谢性酸中毒也存在并发的可能。

慢阻肺病是一个多基因的全身性疾病，其死亡率高，患者常常伴有气促、咳嗽、急促喘息。如得不到有效地治疗，患者的病情会反复加重，并且会损伤气道、肺泡和肺血管，同时还损伤到肺外的各种组织，如骨骼、骨骼肌、心脏以及其它器官，危害极大。

慢性阻塞性肺疾病患者，常常受了有害气体的侵害，或者吸入了有害颗粒，气道和肺有了异常反应。慢性阻塞性肺疾病患者有非常高的致残率，根据最新的统计，全球病死率达到了百分之四十二，数字十分惊人。慢性阻塞性肺疾病在四十岁以上的人中，发病率高达百分之十。

## 二、慢性阻塞性肺病的起因

### (一) 身体遗传原因

慢性阻塞性肺疾病本身虽然不是遗传性的疾病，而有些患者，个体因素里面包括一部分遗传的因素，其身体机能较弱，在这方面是先天性的遗传，而遗传因素， $\alpha 1$ -抗胰蛋白酶的缺乏与肺气肿的形成有关；不过，即便是家族性的 $\alpha 1$ -抗胰蛋白酶缺乏具有遗传倾向，但是有遗传倾向的这一类人群中，很多人并不具有慢性阻塞性肺病，其中包含很多因素。比如有些有遗传倾向的人，没有经过后天长期慢性的损伤。

### (二) 环境因素

在各种环境因素当中，吸烟诱发慢阻肺病的危害位于第一。吸烟诱发慢阻肺。比不吸烟的患者发生慢阻肺的几率大约要高八倍左右。不仅如此，而且一个人的烟龄越长。就越容易患病，研究发现慢阻肺患者中大约百分之九十有吸烟史；烟草当中含有有害的化学成分，由于长期吸烟呼吸系统的细胞会受到伤害。支气管黏膜腺和杯状细胞增生肥大，从而降低了气道的净化功能，慢阻肺病随时可能罹患。还有一种情况，被动吸烟也会引起慢阻肺病，尤其是长期的被动吸烟者，从呼吸道症状和疾病的出现、轻度肺功能的下降到慢阻肺病，期间往往没有引起患者的重视而忽略了防治。

### (三) 感染因素

慢性阻塞性肺疾病发生和感染因素也存在一定的联系，举例来说，患者本身肺部有一定的病症，就极易容易让肺部遭受其它疾病的感染。肺部受到感染以后，病情会有加重现象，如果治疗不当，或者控制不及时，慢性阻塞性肺疾病就会发生。很多患者，都是由慢性支气管炎的反复发作，导致了慢阻肺的发病。

### (四) 环境和空气地污染

诱发慢阻肺发作的因素很多，环境污染也常常诱发。在外界，空气中存在可吸入的污染物，此外，室内空气不洁、流动性差，也可能造成污染，在病例中，也有燃烧生物燃料导致室内的空气污染，也成了诱发慢阻肺的发作因素。在烹饪过程中，如果室内通风不佳，室内空气容易造成污染，时间一长，也会导致慢阻肺的发生。

在化学烟雾等有污染的环境中长期生活或者劳作，职业性接触粉尘，或有害气体接触浓度过高，增加了气道的反应性，慢阻肺的发病率、死亡率必然提升。吸烟与接触危害性粉尘如硅或棉尘的相互作用，可提升慢阻肺的发生率。

### (五) 过敏物质

有的患者本身就有一些疾病，比如支气管哮喘等等，他们长期

接触过敏原，就会导致哮喘发作，一旦病情反复，加之不愈，会导致气道结构病变，形成慢阻肺。

### (六) 患者自身的因素

在有的患者中，其因为身体原因，免疫功能下降，或者有上述遗传因素，患者也出现肺气肿、肺大泡等等，年长日久，导致形成慢阻肺病。

### (七) 地区环境

地区环境对慢阻肺病也会产生很大的影响。在北方，冬季天气寒冷，雾霾增多，大气中的空气污染指数持续偏高，呼吸系统疾病呈现高发趋势。慢性阻塞性肺疾病尤其猖獗。因此患者一定不能大意，要做好预防护理措施。

### (八) 年龄因素

随着年龄的增加，身体的免疫力就会下降。呼吸系统的各项功能也会随之减弱。一旦外界条件充足，就回罹患慢阻肺病。

## 三、慢性阻塞性肺疾病的防治

慢性阻塞性肺疾病，并非不可以治疗，更是可以提前预防。《素问·四气调神大论》里面就提出：病若成焉，患者后药之；劲敌已入我室，而后攻之；天下已乱，而后起治世之心；斯行也，与大祸后置并，临战而铸兵锥者，得无异乎，甚为晚矣！

### (一) 戒烟

由于吸烟，肺对有毒气体和颗粒异常反应增高，就会产生很多症状，比如咳嗽、气短、咳嗽、呼吸困难，以及不可逆的气流受限。及早戒烟，进行防治，提高健康质量。

### (二) 注重冬季的保养

冬天的空气污染非常严重，弥漫着很多有害颗粒，一些身体原本就有一些其它症状的患者。如果长期吸入有害气体就会引起肺脏乃至呼吸系统，甚至全身的慢性炎症反应，最后导致慢阻肺的发生和其它脏器的合并症。在医院里，每到冬天很多患者都是由于呼吸道感染导致了慢阻肺病加重而住院治疗。作为患者，在冬天一定要注意各方面的保养，首先不能长期受寒，时时注意保暖，远离烟雾地带，避免到人多地之地，有规律地服药。对于缺氧的患者，应该长期进行家庭氧疗，每日吸氧的时间不能少于十个小时。

### (三) 药物治疗

$\beta 2$  肾上腺素受体激动剂：短效制剂如沙丁胺醇气雾剂，长效制剂如沙美特罗、福莫特罗等。抗生素方面的治疗，如果患者呼吸困难，咳嗽加重，痰量增加、有脓性痰时，可以依据病人所在地常见病原菌及其药物敏感情况积极选用抗生素治疗。在中药的选择方面，可选择麻杏石甘汤、清燥救肺汤熬制服用，也可以根据患者的不同需求，用二陈丸进行治疗，做为中成药，服用简单，效果亦佳。

综上所述，慢性阻塞性肺疾病，要慎重对待，防治期间，要注重空气流通，善于调整饮食，保持清淡，如果出现咳嗽、咳痰、呼吸急促等症狀，要及时就医诊断治疗。

### 参考文献：

- [1] 陈亚红. 2017 年 gold 慢性阻塞性肺疾病诊断、治疗及预防的全球策略解读. 中国医学前沿杂志(电子版), 2017, 9: 37-47
- [2] 黄敏. 什么是慢性阻塞性肺疾病. 幸福家庭, 2020, No.106: 58-58
- [3] 赛音额尔敦. 职业接触粉尘和烟雾对慢性阻塞性肺疾病及呼吸道症状的影响. 中国卫生产业, 2013, 10: 1
- [4] 赵莹, 唐文慧, 韩丽丽, et al. 慢性阻塞性肺疾病患者吸烟和戒烟状况初析. 首都医科大学学报, 2016, 37: 579-582