



很多人认为咳嗽两声没什么,但可别拿咳嗽不当回事儿,小咳嗽也可能藏着大隐患。河科大二附院中医科主任赵东鹰、呼吸内科副主任张冠磊均表示,咳嗽往往是多种疾病的表征和诱因,如果咳嗽不及时治疗,可能会引起支气管炎、哮喘、肺炎等疾病,严重威胁患者健康,还可能落下病根,以后反复发作。

□ 记者 崔宏远 通讯员 范海岚

## 久咳不愈 辨证施治



### 咳嗽非小事 治疗需辨证

俗话说:“入门闻咳嗽,医生眉头皱。”咳嗽是呼吸系统疾病中最常见的症状。

“有声无痰为咳,有痰无声为嗽,一般多为痰声并存,统称为咳嗽。”赵东鹰介绍,咳嗽让人又爱又恨,一方面,咳嗽是人体的一种重要防御机制,可以清除咽部和呼吸道内的黏性分泌物、细菌和异物,如吃饭时不小心把米粒呛入喉管时,可通过咳嗽将异物排出,另外,主动、有效的咳嗽对突发的心脏病也有帮助。

助,可以为抢救赢得时间;另一方面,频繁、剧烈的咳嗽会使胸内压升高,影响患者的呼吸和心脏功能,还可能诱发肺心病、气胸、疝气等疾病。对于咳嗽,患者应引起重视,采取祛痰、止咳等对症治疗。

张冠磊介绍,西医学根据咳嗽的时间长短将其分为慢性咳嗽和急性咳嗽,中医则将咳嗽分为外感和内伤两类。咳嗽症状持续4周~8周为急性咳嗽,多由急性感染引起,属于中医“外感咳嗽”范畴。慢性咳嗽是指咳

嗽症状持续8周以上,且咳嗽为唯一或主要症状,没有咳血、胸部CT检查无明显病变,属于中医“内伤咳嗽”范畴。

“诊治咳嗽并不容易。”赵东鹰介绍,《素问·咳论》中有“五脏六腑皆令人咳,非独肺也”的说法,即说明咳嗽的病因多且涉及面广,除了肺等呼吸系统器官外,食管、心脏、鼻窦等部位的病变也有可能让患者产生咳嗽症状,治疗咳嗽需要辨证施治。



### 慢性咳嗽宜及早就医

慢性咳嗽的病因有很多,包括呼吸系统、耳鼻喉系统、消化系统、神经系统等多个系统的病变。张冠磊介绍,除了一些少见病因外,90%的慢性咳嗽患者可以获得明确的病因诊断。

“每到换季时,我总感觉喉咙发痒,有痰咳不出来。”说起咳嗽的事,老城区的孙先生一脸痛苦,慢性咳嗽困扰他好几年了,直到最近才确诊,竟是胃食管反流的祸。

张冠磊说,咳嗽变异性哮喘、鼻滴漏综合征、胃食管反流性咳嗽和喉源性咳嗽是慢性咳嗽的常见病因,下面为大家一一介绍。

#### 咳嗽变异性哮喘

咳嗽变异性哮喘又称咳嗽性哮喘,是哮喘的一种特殊类型,由于没有明显的气喘症状,容易被误诊。

临床表现:无明显的气喘症状,咳嗽多为刺激性干咳,多在夜间或清晨发作,情绪波动、遇到冷空气或受油烟等气味刺激时,症状会加剧。

治疗原则:与治疗支气管哮喘相同,使用支气管舒张药物治疗后,咳嗽能得到明显缓解。

#### 鼻滴漏综合征

由于鼻部疾病引起分泌物倒流入鼻后、咽喉、气管等部位,导致以咳嗽为主要表现的综合征,占慢性咳嗽

病因的40%以上。

临床表现:常有咽喉部滴流感或咽部异物感,鼻塞、鼻痒、鼻膜水肿、鼻腔分泌物明显增加,平躺时症状加重,气候变化时极易感冒。

治疗原则:根据病史和相关检查综合判断,可选用鼻腔吸入糖皮质激素和口服抗组胺药物治疗,有细菌性感染的话,可用阿莫西林、头孢类抗菌药物治疗,一般情况下,两周内即有疗效。

#### 胃食管反流性咳嗽

胃酸或其他胃内容物反流进入食管导致咳嗽,是慢性咳嗽的常见原因。

临床表现:胸骨后有烧灼感、胸闷等,咳嗽多在白天发生,主要在进食前后咳嗽。

治疗原则:要调整生活方式,尽量少吃多餐,避免过饱和睡前进食,少吃酸性和油腻食物,戒烟禁酒。药物治疗以抗酸药、胃动力药为主,治疗时间需3个月以上。

#### 喉源性咳嗽

咽喉疾病所造成的咳嗽,病程较长。

临床表现:以干咳为主,同时伴有咽痒、异物不适感、咽喉肿痛、鼻干唇燥等症状。

治疗原则:宜养阴清肺,润燥止咳。

张冠磊介绍,有一些药物也会造成患者慢性咳嗽,如治疗高血压的药物卡托普利,其不良反应的症状之一便是咳嗽。张冠磊提醒市民,对慢性咳嗽要加强认识,不要咳到无法忍受了才到医院就诊,平时要注意避免受凉,加强对肺的保养,多吃养肺温补的食物,如羊肉、杏仁等,也可以服用提高免疫力的药物,如金荞麦片等。慢性咳嗽患者还要详细记录咳嗽的时间、发作的频率、伴随的症状以及病史等,这些对医生正确诊断病情很有帮助。



### 急性咳嗽 可能是炎症反应作怪

西工区的宋先生这段时间经常被咳嗽困扰。几周前,宋先生因受凉患上了感冒,经治疗后感冒症状很快好转,咳嗽却没完没了,经常干咳或咳出少量白色黏痰,而且只要一停止咳药,咳嗽就会卷土重来。宋先生说:“这次咳嗽可把我害苦了,有时晚上咳得不能入睡,扰得全家不得安宁。”

急性咳嗽的病因相对简单,多是由上呼吸道感染激发的炎症反应引起的,如感冒、急性支气管炎、过敏性鼻炎、百日咳等。

张冠磊说,宋先生的这种症状属于急性咳嗽,感冒好了,但病原体向下呼吸道发展,让咳嗽停不下来,如果伴有黄脓痰,要考虑是否有细菌感染,是否需要用消炎药物治疗。如果患者在治疗后仍然咳嗽,且持续3周以上,就有可能是感染后咳嗽,属于气道黏膜被细菌感染后高度敏感,患者多表现

为刺激性干咳或咳出少量白色黏痰,这时,患者需及时到医院就诊。

“风、寒、暑、湿、燥、火被中医称为‘六邪’,都是咳嗽的外感病因。”赵东鹰说,秋天主“燥”,“六邪”对人体的侵犯以风、燥二邪为主,人体肺脏此时最易感受秋燥之邪,造成急性咳嗽。急性咳嗽多会出现咽痒、口干、痰多等症状,且舌质淡红、舌苔黄腻,治疗时应重在调畅肺气并辅以润燥化痰的药物。

张冠磊提醒市民,急性咳嗽要分清致病原因,不要乱用抗生素。一般感冒等急性呼吸道感染大多是由病毒引起的,可服用中药抗病毒制剂,并注意加强体育锻炼,平时要多喝水,饮食清淡,保证休息,增强自身抵抗力。

张冠磊指出,不论是急性咳嗽还是慢性咳嗽,在镇咳药物的选择上都有讲究。无痰干咳,应首选中枢性镇咳药,如可待因、咳必清等;痰液较多的咳嗽不宜单纯服用镇咳药,要选择祛痰止咳药,如沐舒坦、必嗽平、乙酰半胱氨酸等。

