



# 宥宥小兒科醫學常識

馬慧如醫師主治

新光醫院小兒專科資深主治醫師  
台大醫院小兒氣喘過敏專科醫師

一般小兒疾病・氣喘過敏・疫苗注射・嬰幼兒健檢・異位性皮膚炎・過敏性鼻炎・中耳炎等...



## 小兒常見疾病－兒童氣喘及預防治療

許多人都不了解氣喘這個疾病！加上受到知名藝人因氣喘死亡的消息，只要聽到孩子患有氣喘就會有種恐怖的心理，似乎得到絕症般，無法相信、接受及勇敢去面對。大多數家長會到處求醫期待有人能一次把它治好。實際上，氣喘一點也不可怕，只要能清楚認識它、懂得如何治療它面對它、兒童氣喘可以得到很好的控制。在良好的控制下，氣喘兒也可以像非氣喘兒般能有正常的日常活動及運動。



### \* 什麼是氣喘呢？

氣喘是兒科門診最常見的慢性疾病之一，是一種呼吸道的慢性發炎疾病，反覆陣發性之呼吸道過度反應以及氣道的收縮而產生的氣流阻滯。受影響的氣管為全面廣泛性的。阻塞的程度可從幾乎無症狀到嚴重呼吸困難，甚至死亡。主要兩大要素為(1)遺傳體質及(2)接觸外在環境中的過敏原。

目前過敏疾病的發生率在全世界都是逐年上升，台灣也不例外。以台北市學童氣喘病發生率為例：1974年為 1.30%，1985年為 5.08%，1991年為 5.80%，1994年則增為 10.79%，近幾年來根據臺大醫院和長庚醫院所做的初部調查，發生率大約為 15%。這和人口密集，工業化，空氣污染增加，飲食西化等等因素可能有關。

### \* 氣喘有那些症狀？

典型的氣喘症狀：包括慢性咳嗽、出現喘鳴咻咻聲、呼吸困難及胸悶等，很多兒童氣喘是以慢性咳嗽為主要症狀，通常發生在睡覺時、快天亮時、剛睡醒時或是運動的時候。此外，呼吸道感染時特別容易引起氣喘急性發作，因此若在感冒之後，出現久咳不癒或呼吸急促，可能要高度懷疑氣喘。

氣喘症狀多變化，所以正確診斷氣喘需要非常詳細的詢問病史及身體檢查，同時配合家族過敏史，過敏體質的其它表現及過敏原的檢測。如此正確診斷、再配合正確治療方能得到良好的疾病控制。

### \* 氣喘發病的誘因

氣喘的發作主要為先天的遺傳體質加上後天的環境因素。在我們的生活周遭許多多因素(過敏原&非過敏原)可以誘發氣喘。臺灣屬於海島型亞熱帶氣候，終年濕度高，非常適合塵蟎的生長。塵蟎便成為環境中最常見的吸入型過敏原元凶，其它包括... 蟑螂、黴菌、寵物如貓狗鳥類的皮屑或唾液、花粉...等。

食入性過敏原誘發氣喘實際發生率不高，其中花生、牛奶、蛋白、巧克力、海鮮..等過敏原引發氣喘還是有被報告過。

**非過敏原**包括上呼吸道感染(感冒、支氣管炎)、氣候劇烈變化(冷熱溫差)、空氣污染、刺激性味道(香煙、油漆、樟腦丸、油漆、樟腦丸、殺蟲劑、廚房油煙等)、情緒壓力變化過大、劇烈運動、內分泌變化。

無論是過敏原或非過敏原，避免誘發因子是預防以及治療氣喘中最基本和最重要的一部份。

## \* 氣喘的治療

氣喘是一連串複雜的發炎反應，治療應多方面進行。成功的治療，除需要良好環境的控制、適當的藥物治療外，就是氣喘病童本身及家長加上醫護人員三方面的配合方能達到良好的控制。最大的目標是希望病人能有正常的日常活動及運動。

治療氣喘病的藥物分兩大類：一類是急性發作時的控制藥品(支氣管擴張劑)，另一類是慢性緩解時的維持性藥品(抗發炎藥物)。這兩大類藥物各有口服及吸入性兩種劑型，使用吸入性藥物可以使藥物在呼吸道達到較高的濃度，且減少全身性的副作用。

- ✓ **吸入性類固醇**：可持續維持抗發炎性，是目前治療氣喘最好的藥物。只要提到類固醇大部份家長會擔心其副作用的產生。在此需釐清長期口服類固醇的確會有月亮臉，水牛肩，骨質流失等副作用。對於大多數的氣喘病童使用吸入性類固醇，其劑量極小，根據研究，長期在適當的劑量使用可有效改善氣喘的症狀，但卻不會有一般所認為會有的類固醇副作用，其中是否會影響小孩身高引起了更大的注意。最新的長期使用的研究結果確發現其不會影響孩子成長的最終身高。少數病人會產生輕微的鵝口瘡(口腔內長白色念珠菌)，可漱口來防止。因為害怕吸入性類固醇的副作用而不規則性、斷斷續續使用，呼吸道會一直持續處在發炎狀態，久而久之，呼吸道可能會出現不可逆的變化，肺功能也會變差。當氣喘急性惡化時，依病情需要才會使用口服或注射型的類固醇約 3 至 7 天左右。如此短期使用，有效又安全，不會有嚴重而不可逆的副作用。
- ✓ **支氣管擴張劑**：為乙二型交感神經興奮劑。其作用是讓支氣管上的肌肉放鬆，使呼吸通暢而解除呼吸困難等氣喘症狀。此類藥品也有口服型、吸入型、注射型。氣喘急性發作時，通常建議給予吸入短效型乙二型交感神經興奮劑來緩解病情。有些運動型氣喘，則建議運動前使用吸入短效型支氣管擴張劑預防運動後的氣喘發作。口服型支氣管擴張劑又有分長效、短效型。用藥選擇以及原則必須在專科醫師指導下使用較為恰當，可避免不必要的副作用(例如：心悸、心律不整、手抖...)

既然氣喘是一連串複雜的免疫反應步驟，每一免疫反應的過程都可作為治療的標的，因此也有許多新的治療模式。如：

- ✓ **白三烯素拮抗劑**：是近三年來在新上市的藥品，在陸續發表的研究中也證實其對氣喘及過敏性鼻炎，有療效且明顯減少對類固醇的依賴。
- ✓ **長效型的吸入型或口服型的支氣管擴張劑**：在新的治療準則中也建議用於中重度持續性的氣喘，其可改善夜間咳或運動誘發氣喘的症狀，且可減少吸入性類固醇使用的劑量。

- ✓ **抗 IgE 單株抗體**：已在人體試驗階段，其主要作用在與血液中的未附著細胞的流動 IgE 結合，使其不與肥大細胞作用進而減少肥大細胞釋放發炎介質。人體實驗研究發現在注射入人體後非常有效的降低血液中的流動 IgE 的程度，且改善受測者肺功能的數值。國外也正對 6 至 12 歲的兒童進行大型的臨床人體試驗，效果亦不錯，更多的研究仍在進行中。
- ✓ 其它如【**CTLA-4 融合蛋白**】、【**介質 5 拮抗劑**】(TRFK-5)、免疫療法-DNA 疫苗…是將來治療氣喘考慮的方向之一。雖然新的治療方式帶來的希望，但是仍在理論或實驗室階段，實際用於人體上仍需相當長的時間來反覆驗證。

## \* 氣喘的預後

氣喘病到底會不會好？事實上，很多兒童氣喘在青春期後就改善了，有人則是症狀消失了一陣子或好幾年又復發，也有少數人症狀持續、或甚變壞。適當的追蹤治療可避免肺部發生永久或不可逆的變化。值得一提的是，疾病的預防與治療同等重要。

預防過敏疾病的產生，要從自出生起即開始避免接觸過敏原做起。高過敏家庭中的懷孕婦女，最好從懷孕四個月起，就避免接觸過敏原。新生兒於出生後的六個月內，最好餵食母乳，當不能餵食母乳時，則使用水解蛋白嬰兒奶粉餵食。副食品在六個月後再添加，並盡量減少接觸塵蹣、貓狗等寵物、及二手煙等。這些都有助於預防過敏疾病的產生。



氣喘不可怕！只要家長有正確的資訊、正確認識氣喘的預防和治療原則、配合專科醫師的指導下、氣喘疾病可以達到良好的控制。長期生病的兒童、控制不好的氣喘兒，心理和生理上的發展都會有些障礙。所以必須正視兒童氣喘疾病，希望氣喘病童接受最適當的照顧，在生活上能夠獲得更安全的保障。

參考資料：新光醫院新光醫訊第 180 期 - 馬慧如醫師 著

<p><b>門診時間</b></p> <p>星期一至星期六</p> <p>【早診】08:30-12:00</p> <p>【午診】15:30-18:00</p> <p>【晚診】18:30-21:30</p> <p>星期天上午新光醫院門診</p>	<p><b>交通位置</b></p> <p>更多交通資訊在這裡 GO</p>	<p><b>預約掛號</b></p> <p>1. 電話預約掛號： 02-22898555</p> <p>2. 網路預約掛號： 請至 <b>網路預約系統</b></p>
<p>診所地址：台北縣蘆洲市長榮路175號 ● 診所電話：02-22898555 ● Copyright (c) Yo-Yo Pediatric Clinic All Right Reserved 2010</p>		