

哮喘的治疗

- 吸入器
 - 预防剂：防止出现症状
 - 缓解症状：缓解发作期间的症状



- 有益的工具
 - 哮喘控制测试
 - 哮喘行动计划 (WAAP)



了解更多有关哮喘管理的信息，请扫描QR码

<https://www.healthhub.sg/a-z/diseases-and-conditions/11/asthma>

控制哮喘的病症

良好控制，无症状：

- 按照指示使用您的预防吸入器
- 使用减压吸入器，例如 运动前

当您有轻微症状或感冒时：

- 按照医生/ WAAP的建议增加预防性吸入器
- 使用减压吸入器的限制是每天2抽吸3-4次

如果上述症状持续恶化：

- 寻求帮助！ 请到最靠近您的诊所或打电话叫救护车
- 同时，您应该每10分钟限制使用2次抽吸
- 并服用口服片剂（类固醇）

中区社康部

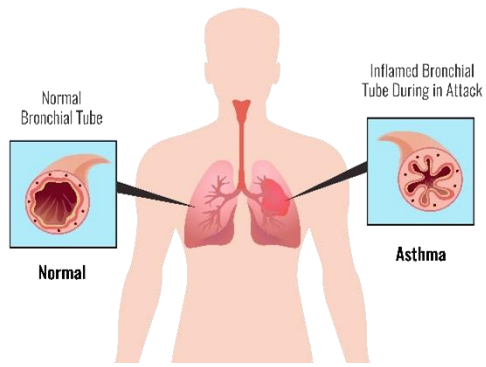
哮喘



什么是哮喘?

气道发炎会引起哮喘

肺部的小管携带空气进出



哮喘的体征和症状



呼吸急促



呼吸困难



干咳



喘息



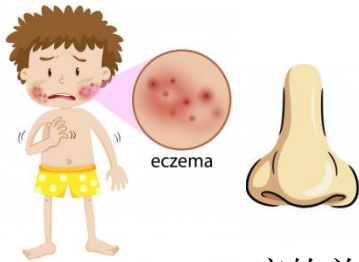
胸痛



夜间咳嗽



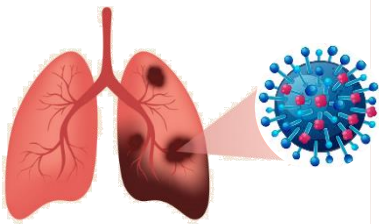
咳嗽性质：
活动/运动引起的咳嗽



与遗传性过敏症的关联
例如湿疹，鼻子敏感

哮喘的常见因素

1. 呼吸道感染



2. 压力和情绪



3. 温度和天气

例如冷空气和温度变化



4. 过敏原



- 吸入过敏原 例如屋尘螨/花粉
- 食物过敏原 例如食品添加剂

5. 刺激性



- 香烟烟雾
- 空气污染
- 工作场所刺激物
例如化学药品

哮喘的风险因素

- 病毒性呼吸道感染
- 过敏症
- 家族病史
- 环境与职业接触
- 抽烟
- 肥胖

哮喘不良控制的并发症

- 疲劳
- 压力/焦虑/抑郁
- 较差的工作/学校表现； 经常去诊所/医院
- 肺炎/呼吸系统衰竭/死亡

诊断哮喘

- 家庭病史评估
- 身体检查
- 体征和症状检查
- 胸部X光
- 肺功能检查 - 肺活量测定
- 皮肤点刺测试