

哮喘「失控」？

陳偉文醫生

香港過敏科醫學會代表

呼吸專科門診經常接到一些哮喘的轉介個案：病人儘管已經採用多種哮喘藥物，仍然未能夠有效地控制病情。究竟醫生還有什麼錦囊招數可用呢？

首先，確診病人是否真的患有哮喘是十分重要的。氣促、喘鳴和咳嗽等病徵，除了在哮喘外，還可以在很多其他常見疾病(例如慢阻肺病、支氣管擴張、心臟衰竭等) 發生。此外，類似哮喘的病徵亦可以在某些較為罕有的疾病如「過敏性肉芽腫血管炎」和「過敏性支氣管肺麩黴菌病」出現。故此，為病人重新評估診斷，可能有意外的收獲。另一方面，由於鼻敏感、鼻竇炎、胃酸倒流等常見疾病也會令哮喘惡化及難於控制，及早診斷和治療會對哮喘控制有所幫助。 在一些個別的患者身上，心理和情緒因素也可能在病徵、診斷和治療上都有很大的關係和影響

儘管完全避免存在於環境周遭的致病或誘發哮喘的「元兇」是十分困難，尋找致敏原(例如替病人進行皮膚測試或驗血) 和誘發因素仍是有用的。如果能儘量避開對個別能令病人致敏的物質 (例如塵蟎、寵物毛、霉菌、蟑螂等) ，或可令病情有所改善。此外，遠離一些可誘發哮喘的因素，如二手煙、污濁空氣、濃烈氣味、飲料的亞流酸鹽添加劑等，亦可減少急性病發的次數。每年接種流感疫苗及經常注意個人衛生亦可減低由於病毒引起的上呼吸道感染而令病情惡化。運動前的適當熱身和在運動前服用快速舒緩藥物，亦可避免運動成為一個誘發因素，使病人可以從事正常的生活。

由於哮喘是一個慢性的氣管發炎症，所以多數病人都需要長期服用「控制性」(包括吸入式類固醇、長效氣管舒張劑藥物和白三烯素受體對抗劑等)去預防哮喘發作。故此，查詢及鼓勵病人有否依指示用藥是十分重要，而教育病人關於哮喘的病理及其治療方針則會改善病人對藥物的誤解。另外，由於現時大部份的藥物都是以吸入方式服用，觀察和教導病人能否正確使用這些藥物亦是不可或缺的一環。