



兒童困難氣喘 治療新知 & 預防發作

文·圖／兒童醫院 兒童胸腔科 主治醫師 陳傑賀

案例分享

9歲的許小弟自半年前幾乎每夜喘鳴合併呼吸困難，於住家附近的耳鼻喉科診所診斷為氣喘。即便使用吸入型短效支氣管擴張劑後，症狀依舊控制不佳，常需請假無法上學，因此許小弟被轉診至本院兒童胸腔科就醫，肺功能檢查顯示有中度阻塞型肺病，且使用支氣管擴張劑後能改善。抽血發現嗜酸性球比例偏高，過敏IgE抗體上升，過敏原檢查也發現有嚴重的塵蟎及狗毛過敏。細問病史後，許小弟家中有長輩抽菸，也有養狗，寢具及沙發並不常清洗。所幸醫師調整正確藥物治療，氣喘衛教師教導用藥方式及衛教，同時加強家中環境打掃，避免與寵物同寢，並規勸家中長輩應戒菸。眾人努力下，許小弟的氣喘症狀獲得改善。

氣喘是兒童最常見慢性病之一 過敏原有哪些？

兒童氣喘（Asthma）是一種呼吸道的慢性發炎疾病，因敏感體質與環境中的過敏原產生過度反應，造成陣發性支氣管平滑肌的痙攣及收縮，導致久咳、呼吸困難及喘鳴聲等症狀。氣喘是兒童最常見的慢性疾病之一，有將近20%的兒童曾被診斷為氣喘，在季節交換的時期，急性氣喘發作也是兒童就醫的主因。

台灣常見的過敏原包括塵蟎、蟑螂、動物毛髮或花粉等，尤其以塵蟎過敏為大宗。氣喘病童大多具有過敏性疾病的家族史，且常合併有異位性皮膚炎、過敏性鼻炎、過敏性結膜炎、蕁麻疹等情形。近年來的空氣汙染如有機溶劑、工廠廢氣、霧霾及二手菸等，也被證實與氣喘誘發有強烈相關。

氣喘的診斷工具 & 病生理學 平時如何預防？

當病人出現反覆的喘鳴，臨床醫師便會高度懷疑氣喘，但仍需進一步檢查排除其他可能的鑑別診斷。肺功能檢查能反映肺部呼吸道氣流流量之變化；血中嗜酸性球若超過4%，則病患較具有過敏性體質。過敏蛋白質（IgE）指數及過敏原檢測可提供病人環境中過敏原的線索，病人可使用尖峰流速計（Peak flow meter）來自我監測氣喘控制程度。

氣喘急性發作時，因支氣管平滑肌發炎過度收縮，引起支氣管的管徑縮小，伴隨黏膜水腫及呼吸道分泌物過多。故常有胸悶、咳嗽及喘鳴，嚴重者可導致呼吸困難及低血

氧。氣喘容易於夜間、冷熱交替、上呼吸道感染後發作。若長期控制不佳，容易形成氣管壁增厚及黏膜脫落等慢性發炎，造成肺功能惡化。

氣喘病童應避免接觸過敏原，環境整潔為首要任務。每兩週至少清洗一次寢具，避免使用布製家具、減少絨毛玩具、定期清潔冷氣濾網，並將濕度控制在50-65%以下，以抑制黴菌生長。有對寵物（貓或狗）毛過敏者，避免直接觸摸、把玩或同室共處。家中避免有二手菸，且少用蚊香、燒香、油漆或殺蟲劑等刺激性物質。此外，避免於呼吸道感染疾病流行期間、天氣不穩定或空氣品質不佳時外出。出門可佩戴口罩，並於返家後，加強雙手及臉部清潔，減少過敏原刺激及呼吸道感染風險。應接種流感及新冠等各類疫苗。避免食用冰冷食物或飲料，並且避免在濕冷環境中進行劇烈運動。在身體可負擔情況下，進行較緩和的有氧運動，如游泳、騎自行車、體操及慢跑等。於運動前，可使用短效吸入型支氣管擴張劑，並常備在身上以避免氣喘突然發作。

兒童氣喘的藥物治療分兩大類

氣喘用藥可分為呼吸道保養用藥與急性症狀緩解藥物兩大類。

呼吸道保養藥物

1 白三烯受體拮抗劑 Leukotriene modifier

每天睡前口服一次，其保養效果較吸入性類固醇來得略差，多半用於5歲以下無法使

用吸入性藥物治療之幼兒，或作為其他年齡層之輔助治療。

2 吸入性類固醇 Inhaled corticosteroids, ICS

為預防氣喘的第一線藥物，減輕呼吸道發炎腫脹所造成的症狀。此類藥物無全身性副作用，偶有局部副作用，例如：鵝口瘡、聲音沙啞等。使用後應漱口。即使沒有急性症狀時，仍應常規按時使用，患者不可自行停藥。

3 長效型乙型支氣管擴張劑 Long-acting beta-2 agonist, LABA

多半與吸入性類固醇合併使用於6歲以上兒童中重度以上之患者，降低急性發作機率。

值得注意的是，年齡較小、肺活量低或口鼻不協調患者，應使用定量噴霧劑合併吸藥輔助器，才能有效率使用吸入型藥物。

急性緩解型藥物

1 類固醇（口服或針劑）

於氣喘急性發作時，約使用三至七天療程，能迅速有效降低支氣管腫脹，但全身副作用大，不建議長期使用。

2 短效乙型交感神經興奮劑 short-acting beta-2 agonist, SABA

能使呼吸道平滑肌迅速放鬆，緩解支氣管痙攣等症狀，但若長期反覆使用，則藥效會逐漸變差。運動前必要時可使用吸入速效乙型藥物，可預防運動誘發性咳嗽或氣喘發作。

急性氣喘發作時的處理方式

氣喘發作時，病人因焦慮害怕，容易導致呼吸更加急促。此時應盡量深深吸氣，然後拉長吐氣時間並保持鎮定。使用短效吸入型支氣管擴張劑可緩解症狀，每20分鐘使用一次，最多三次，但若無改善，則須立即就醫。

氣喘是兒童常見的慢性疾病之一，不管是在環境預防、用藥控制及急性發作處置等各方面，每個環節都十分重要，需要家屬特別費心，做好確切的氣喘治療及照顧能減少發作次數，可避免兒童氣喘延續至成人時期，造成不可逆之肺部損傷。中醫大兒童醫院有專業的中西醫聯合照顧、肺功能檢查、氣喘衛教師及病友團體，全方位的照護協助病童與家屬一起努力戰勝氣喘！🏥

