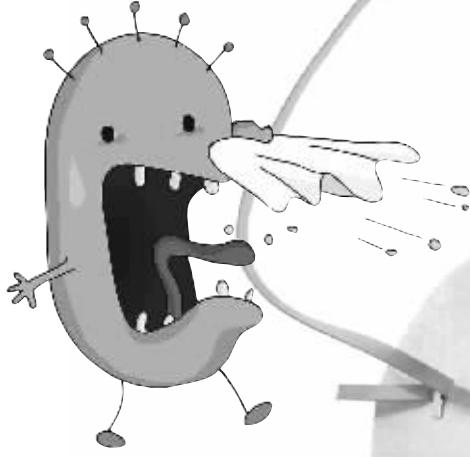


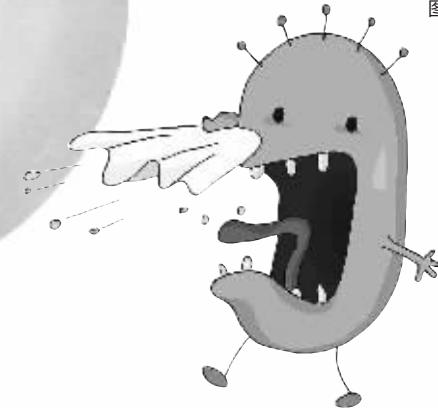
冬天咳嗽的人不少，大多数人吃点药或者忍耐就过去了，可有群人吃啥药都不管用，一咳就超过2个月。现代快报记者从南京市多家三甲医院了解到，每年冬天，这种“超级咳”在各大医院都会出现，咳嗽已成为呼吸专科门诊患者中最常见的症状。专家提醒，我们司空见惯的咳嗽看似简单，背后可能隐藏着其他问题，只有找准病因才能对症治疗。

通讯员 周宁人 现代快报/ZAKER南京记者 任红娟



各种“超级咳” 你是哪一种？

专家提醒，咳嗽看似简单
慢性咳嗽并不好治疗，找准病因是关键



视觉中国供图

慢性咳嗽 原因很多 容易被误诊

江苏省人民医院呼吸科主任医师黄茂介绍，咳嗽分为急性咳嗽、亚急性咳嗽和慢性咳嗽。急性咳嗽一般在3周以内，亚急性咳嗽为3到8周，慢性咳嗽大于8周。每到冬天以咳嗽为主诉的病人占到呼吸科门诊量的一半，大多数病人是因为上呼吸道感染和慢性呼吸道疾病的急性发作，“还有一部分是慢性咳嗽的病人，长期久治不愈的咳嗽对他们的工作、学习和生活质量造成了严重的影响。”

咳嗽看似简单，但慢性咳嗽的原因有很多，所以临床比较难诊断，经常被误诊。这就导致很多病人到处就医，药吃了不少，但咳嗽迟迟不见好。

黄茂告诉记者，因为咳嗽原因复杂多样，所以检查项目种类繁多。最常见的包括：血常规、胸片、肺部CT、肺功能（配合支气管激发试验或舒张试验）、纤维支气管镜检查、痰液检查、24小时食管pH值监测、多导睡眠监测、过敏原检测等。

黄茂表示，这么多的检查不一定都要做，有经验的医生在详细了解病人病史的基础上，根据一些蛛丝马迹来判断病人咳嗽的大概原因，然后做一些有针对性的检查。比如，有些人表现为鼻塞、打喷嚏、流鼻涕等，那可能是与鼻炎有关，有的病人是吃完饭后，有饱胀感，会反酸，那可能就与消化道有关，有的是夜间咳嗽非常明显，那就有可能与哮喘有关。

“但是我在临床中也遇见过不少病人，可能有2到3种病因导致咳嗽，还有少部分病人，做了所有的检查，但就是找不到原因，这就是特发性咳嗽。”

你的咳嗽属于哪一类？来对号入座

案例 1

慢性支气管炎 典型症状：常咳白色黏液痰，并且在冬、春季高发

60多岁的刘先生，反复咳嗽十多年，经常咳的是白色黏液痰，并且在冬、春季咳嗽，一到冬天就怕受凉感冒。但前些日子下大雪降温，还是感冒发烧了，吃过药后感冒是好了，但咳嗽老不见好，而且这一咳就是一个多月。到医院，医生根据刘先生的典型症状，在排除其他疾病导致的咳嗽之后，诊断他患的是慢性支气管炎。

专家分析：黄茂解释说，刘先生的病是一种慢性阻塞性肺疾病(COPD)，它的主要特点是气道的慢性炎症以及进行性气道阻塞。临幊上表现为期长期反复咳嗽、咯痰和喘息，久而久之将演变成肺心病，最后还可能累及全身各系统。要预防与减少急性呼吸道感染的发生，防止慢支炎、肺气肿等旧病复发，避免严重并发症，必须以预防为主，提高机体免疫功能与抗病能力。

案例 2

咳嗽变异性哮喘 典型症状：遇冷空气、油烟或者花粉烟尘等过敏物会加重，干咳、夜间咳嗽多

32岁的张女士患有慢性咳嗽两年多了，每次遇冷空气、油烟或者花粉烟尘等过敏物会加重，特别是经常夜间咳嗽。每到冬天就很郁闷，最近两年几乎每年冬天都在咳嗽，天天觉得头昏，想睡觉。去医院拍了片子也没问题。后来专家给她做了一个肺功能+支气管舒张试验，最终诊断为咳嗽变异性哮喘。

专家分析：南京医科大学第二附属医院呼吸科主任医师冯旰珠表示，像张女士这种“超级咳”的患者咳嗽时间一般都在4周以上，不仅抗生素、输液治疗无效，一般止咳药也无效。患有咳嗽变异性哮喘的病人有一个明显特点，就是长期顽固性干咳，白天安静时不咳嗽，但是一活动就会咳嗽，晚上睡觉也会咳嗽，严重的甚至会影响睡眠。

案例 3

上气道咳嗽综合征 典型症状：经常在白天咳嗽，并有鼻塞、流涕、喷嚏、咽后黏液附着感

45岁的刘女士，患有鼻窦炎好多年了，最近几年不仅经常出现鼻塞、流涕、喷嚏、鼻后滴流感、咽后黏液附着感等症状，而且经常咳嗽，晚上睡觉还好，但是白天咳个不停。最后到江苏省人民医院呼吸与重症医学科就诊，被诊断为上气道咳嗽综合征。

专家分析：黄茂解释说，上气道咳嗽综合征原来被称为鼻后滴流综合征，是慢性咳嗽最常见却常常被忽略的病因。这类患者往往有比较明显的鼻部症状，比如打喷嚏、流清鼻涕、流黄鼻涕、鼻塞、头痛、嗅觉下降等。需要注意的是，现在临床发现不少慢性咳嗽是由于咽炎、咽喉炎所引发的，所以也要引起重视。

案例 4

胃食管反流 典型症状：餐后咳嗽加重，伴有反酸、嗳气、胸骨后烧灼感等症状

43岁的李先生最近经常咳嗽，到当地医院的呼吸科就医，吃了医生开的咳嗽药，但是始终不见好。后来有一位医生朋友提醒，他的咳嗽可能是胃病所引发的。胃病也能导致咳嗽？李先生半信半疑，到医院时，医生得知他的家族有胃病史，他自己的胃也不好，同时餐后咳嗽加重。专家给他做了食道24小时pH监测，最终确诊为胃食管反流性咳嗽。

专家分析：东南大学附属中大医院消化内科主任医师施瑞华介绍，胃食管反流病是指胃内容物反流入食管引起的症状或并发症。胃酸是强酸，当胃酸反流到咽喉部时，强酸刺激咽喉产生咳嗽。这类患者往往是咽部有明显的异物感，会有少量白黏痰，觉得不容易咳干净；部分患者的症状会在吃饭后加重。一些支气管哮喘、慢性咳嗽、阻塞性睡眠呼吸暂停综合征等，也是由胃食管反流引发的。

案例 5

嗜酸粒细胞性支气管炎 典型症状：慢性刺激性咳嗽，可在白天或夜间咳嗽

12岁的乐乐（化名）是一名小学生，患慢性咳嗽2年了，他对油烟、粉尘、异味敏感。起初家人以为是咳嗽变异性哮喘，但他的诱导痰中嗜酸性粒细胞高达6%（正常不超过2.5%），最终江苏省人民医院的专家诊断为嗜酸粒细胞性支气管炎，给他规律吸入糖皮质激素后咳嗽好转。

专家分析：黄茂告诉记者，嗜酸粒细胞性支气管炎与咳嗽变异性哮喘的临床症状非常相似，有时候容易被误诊。嗜酸粒细胞性支气管炎主要症状就是慢性刺激性咳嗽，可在白天或夜间咳嗽，没有时间规律。主要的确诊手段就是诱导痰的细胞学检查，看看痰中嗜酸细胞比例有没有升高，一般在3%以上可以诊断。

预防超级咳 听听专家的建议

建议1：一旦咳嗽超过8周，尽快及时到医院就诊查明原因，只有明确了病因，才有治疗的可能。

建议2：勤开窗通风。每次10到15分钟，用自然风降低室内温度，增加换气，保持室内空气新鲜。

建议3：无论是哪种原因引发的咳嗽，尽量避免呼吸道受到刺激。不吸二手烟，注意厨房油烟，少吃辛辣刺激的食物。保持房间清洁卫生。家用空调机的蒸发器和空气滤网，应定期清洁和消毒，以防止微生物的生长。

建议4：使用空调时，室内外温差不宜过大。空调开的时间不宜过长，夜间睡眠最好不使用空调。若长期在空调室内，应多喝开水，加速体内新陈代谢。

建议5：注意保暖，尽量少感冒，多运动，加强锻炼。增强体质，加强抵抗力。

如果你在寻医问药过程中，有什么不明白的事、有什么不愉快的体验，甚至遭遇了欺诈，请跟我们韶一韶。可以拨打现代快报大健康投诉热线96060，也可以扫码关注“乐活健康族”微信公众号。

