

# 咳嗽变异性哮喘

## 表现为咳嗽 治疗方法类似哮喘



供图/CFP

王小姐是写字楼里的白领，平素饮食有节，坚持运动，很少生病。但今年春季，王小姐和其他同事一样，不幸“感冒”了，一向不爱吃药的她，凭借多喝水、多休息的非药物“治疗”，硬是把感冒击退了。让王小姐感到疑惑的是，虽然感冒的发热、流鼻涕等症状好了，但咳嗽却如影随行，原以为过不了几天就好了。但半个月过去了也不见有好的迹象，王小姐才意识到自己的咳嗽可能与普通的咳嗽不同，首先是发作时间无规律，其次是发作时嗓子奇痒无比，连续不间断咳嗽，而且难以抑制，同时有胸闷、憋气症状。王小姐觉得这种咳嗽有些莫名其妙，就医后，医生听完她的症状描述结合辅助检查获取的数据给出诊断结果——咳嗽变异性哮喘。

听着这个既陌生又复杂的疾病名称，王小姐一头雾水，这病究竟是咳嗽还是哮喘呢？

### ◎发现 归于咳嗽别于典型哮喘

提起咳嗽变异性哮喘，卫生部中日友好医院国家中医药管理局重点研究室（肺病慢性咳嗽）主任、李友林主任医师先给记者讲解了这种疾病名称的由来。

儿科大夫最早发现了这种疾病的特殊性。患儿因咳嗽在医院治疗时，儿科大夫按照传统对症治疗的原则，在使用了止咳药、祛痰药、抗生素治疗一段时间后，患儿的咳嗽症状并没有得到缓解。大夫在困惑中调整思维方式，使用了针对治疗喘憋类呼吸系统的支气管解痉药物，出乎意料也让大夫感到欣喜的是，患儿的咳嗽症状得到控制，疾病缓解。随着这种临床表现患儿数量的增加，医生们开始重视这种疾病的研究，在研究中发现，患者的X光片显示正常，咳嗽发作时，肺功能没有明显的变化，但在做气道激发性试验时，发现患者气道反应性增高，敏感性增加，用气管扩张药物后即得到缓解。显然，实验室检查帮助医生认识了这样一类咳嗽疾病。

自此，基于临床表现，医生把这种表现为咳嗽症状，但需要用治疗哮喘的手段进行医治的疾病，命名为咳嗽变异性哮喘，目前行业确定的疾病分类，咳嗽变异性哮喘是咳嗽的成因之一。

被冠上“哮喘”字样的疾病名字，患者的心理负担就陡然增加了。李友林解释，咳嗽变异性哮喘与典型哮喘虽然有所不同，但无论是咳嗽变异性哮喘，还是典型哮喘，只要正确认识、治疗，都是可防可治的，患者不必过分担忧。

### ◎治疗 着眼脏腑的全面调节

结合疾病发生的临床特点和发作原理，西医在治疗咳嗽变异性哮喘时，基本选择的是支气管扩张、糖皮质激素、抗组胺药及其它对症治疗药物。西医认为，使用药物只能是控制性的治疗，根治比较困难。倡导注意环境变化、远离过敏原、减少外部刺激，提高自身免疫力，让身体和外界环境有良好的适应，避免其发作。

临床实践中，中医若沿用传统思路与方法治疗该病，其效果并不理想。中医认为，肺脏功能有特定的含义，其所辖不仅管理呼吸功能，还管理着皮毛和孔窍。体表的防御能力如何，是否具备防御外部刺激的能力，取决于肺脏功能的强弱。此外，口腔、鼻腔、呼吸道是否能保持稳定，也都与中医肺脏功能息息相关。反过来，如果口腔、鼻腔、呼吸道受外部环境的不断刺激或伤害，也会影响到肺脏功能。

“长期反复发作的咳嗽变异性哮喘，多半是因为脏腑功能不足所致。”李友林说，人的五脏功能相互依赖、相互影响，其中一个脏腑功能不正常，其它脏腑也会受到牵连，表现为诸如脾虚失运、肾不纳气等问题；如果五脏功能都处于和谐状态，整体健康状态就会特别稳定。身体的内部环境正常强盛，正气自然充足，防御外界的能力也就增强了。即使外界环境发生了不利变化，也不会造成或减少对人体的负面影响。

从这个角度出发，中医着眼于脏腑的全面整体调节，在治疗该病时不唯止咳，而是尝试采用迂回策略，先了解病人身体的整体状况，再从全面调整脏腑功能不足之处入手。结果发现，咳嗽变异性哮喘病人通常存在消化吸收、排泄、睡眠等多方面的问题。在整体调节人体状态的前提下，解决这些问题，全面恢复脏腑的功能，咳嗽症状不治而愈。

随着越来越多临床患者的康复与经验积累，李友林表示，咳嗽变异性哮喘不仅能够预防，而且完全可以治愈。

### ◎区分 咳嗽变异性哮喘与典型哮喘

受到外界环境刺激，生理范畴的咳嗽是呼吸道的保护性反射反应，此时咳嗽的目的是清除呼吸道异物。频繁、剧烈的咳嗽，影响到正常生活、工作与休息，才视为疾病，按病程长短，分为急性、亚急性和慢性三个阶段类型。

咳嗽变异性哮喘通常发生在咳嗽的慢性阶段，感冒经常是其诱发原因，容易被掩盖在感冒症状中而被混淆。通常感冒过去后，咳嗽依然存在。患者除了咳嗽、咽痒、鼻痒、口干、少痰或无痰，呼吸急促或呼吸急促并不十分明显；进行气道激发试验或气道高反应性试验检查时呈现阳性，属于非典型的哮喘。使用扩张支气管的药物，改善其通气功能，症状能够得到缓解。部分患者长期反复发作，最终有可能发展成为典型哮喘。

典型哮喘患者的常见症状是发作性的喘息、气急、胸闷或咳嗽等，这些症状经常在患者接触烟雾、香水、油漆、灰尘、宠物、花粉等刺激性气体或变应原之后发作，夜间和（或）清晨症状也容易发生或加剧。很多患者在哮喘发作时自己可闻及喘鸣音。症状通常是发作性的，多数患者经治疗进入持续期，部分患者亦可缓解；西医认为，典型哮喘，基本需长期用药控制，根治困难。

本报记者 田晶

## 延伸阅读 儿童是多发群体

这种并不寻常的咳嗽最早就是在儿童群体中发现的。儿童身体器官及各项功能尚未发育成熟，身体状态不稳定，呼吸功能尚不健全，对外界刺激的防御能力、调整能力差。当遇到外界环境发生变化时，呼吸道首当其冲成为第一道防线，极易诱发相关疾病。中医讲，天人相应。面对外界环境和气候的变化，由于个体差异原因，身体各项功能强大的成年人的表现也不相同。李友林指出，适应环境能力差的人，在冬春交替和秋冬交替季节，受温度变化的影响，易发生呼吸道相关

疾病。那些适应环境能力强的人，则能够平稳过渡。

因此，调整身体状态以适应环境变化，是预防咳嗽变异性哮喘的根本。



## 相关链接 合理饮食配合适度运动 可提高抗过敏能力

李友林主张，咳嗽变异性哮喘患者在饮食上虽没有明确禁忌，但应生活规律、饮食结构合理、偏好有所节制、主观感觉饮食舒适。

过敏，即身体对某些物质或环境温度接触刺激的过度敏感，只有在身体状态不稳定、对环境适应和调节能力下降时才会发生。没有必要一律“封杀”海鲜类食物或辛辣食物。依个人身体状况，选择适合自己，吃起来舒服的食物即可。比如，脾胃功能差的人多吃一些软、烂、温热的食物。结合环境、习惯合理饮食，比如阴雨

湿气重的地区的人们常食辣椒，沿海城市的人们常食海鲜。

合理的饮食结构，规律饮食的习惯，再配合正常起居生活和良好的心态。李友林说，把身体状态调整好，提高抗过敏能力，过敏现象自然就消失了。

体质的增强会对疾病的预防起到促进作用。运动可以增强个人体质，但由于咳嗽变异性哮喘是呼吸道反应疾病，运动时要考虑自身情况，选择适合自己的运动方式，量力而行，循序渐进，以免发生危险。

## 中外专家云集国际 DRIs 研讨会 DRIs 最新进展引发关注

### ——金龙鱼添加海洋鱼油调和油斩获“营养创新贡献奖”

2013年5月15日-17日，四年一次的“中国营养学会第十一次全国营养科学大会暨国际DRIs研讨会”在杭州召开，亚太、欧洲、北美等地区的营养学界学术泰斗和国内各个相关行业权威专家超过1000人出席了此次盛会。与会专家、学者就国人营养健康状况的最新研究进行了充分的交流，并针对中国居民每日膳食摄入量参考值（简称DRIs）的最新研究与未来展望进行了深入的探讨。

此次会议上，益海嘉里经过五年潜心研究为中国人量身定制的金龙鱼添加海洋鱼油调和油，一举夺得中国营养学会首次为优秀企业颁发的“营养创新贡献奖”。针对中国人目前DHA+EPA严重缺乏的现状，益海嘉里结合中国人合餐制的饮食习惯，开辟了在日常饮食中合理补充DHA+EPA的新途径。中国营养学会相关领导表示，益海嘉里为推动国人营养健康事业做出了突出贡献，获得该奖项实至名归。

## 医讯快递

### 北京协和医院

为让更多患者能够早期发现、早期治疗眼科疾病，6月6日全国爱眼日，北京协和医院眼科

**1. 咨询义诊：**  
**时间：**6月6日（周四）下午1:30-4:30  
**地点：**协和医院（东院区）新门诊楼前广场

**眼科董方田主任亲自为患者检查眼底（限50名）**  
**陈有信、叶俊杰等多位知名眼科专家将接受现场咨询！**

**2. 大型讲座：**  
**时间：**下午2:00-2:30

将举办“光明视界，与您同行！”大型健康关爱咨询活动，同时还还将举办大型眼底病光明讲堂！

**内容：**正常眼及黄斑的生理功能  
**主讲人：**张承芬教授

**时间：**下午2:30-3:00  
**内容：**干性年龄相关性黄斑变性的预防  
**主讲人：**叶俊杰教授

**时间：**下午3:00-3:30  
**内容：**年龄相关性黄斑变性的治疗进展  
**主讲人：**陈有信教授  
**地点：**新门诊楼6层眼科

### 北京友谊医院“端午节”门诊安排

6月8日-9日（周六、周日）全天门诊；  
6月10日-6月12日（周一至周三）

上午半日门诊；  
6月13日（周四）恢复正常门诊。