

【認識支氣管炎】

發行日期：111年3月1日

一、支氣管炎反覆發作？

工業社會進步隨之而來的空汙問題也日益嚴重，根據衛福部資料分析，106年國人因過敏性疾病就醫者就高達341萬人。呼吸道問題更是過敏患部一個嚴重的環節，有時甚至需用支氣管擴張劑緩解呼吸不適。過敏原種類甚多，許多人甚至長期使用類固醇卻不見好轉。想要改善支氣管問題，了解自己的居住環境是很重要的。一個環節。

二、引發支氣管炎的可能因素

1. 呼吸道感染。
2. 長期咳嗽。
3. 暴露於有害氣體，如：吸菸、空氣汙染…等。
4. 杯狀細胞和支氣管黏液腺體因而肥大增生產生的分泌物。

三、支氣管炎徵狀

1. 乾咳或有痰的咳嗽。
2. 輕微發燒。
3. 疲倦。
4. 胸悶或胸口不適。
5. 呼吸有雜音。

咳嗽咳不停？

從咳嗽時間、症狀辨別可能原因！

鼻涕倒流	胃食道逆流	氣喘
咳嗽時間點 <ul style="list-style-type: none">早上起床時夜間平躺時	咳嗽時間點 <ul style="list-style-type: none">吃飽飯時夜間平躺時	咳嗽時間點 <ul style="list-style-type: none">季節變換時夜間及凌晨時
症狀 咳嗽、鼻塞、鼻子癢、喉嚨有異物感	症狀 咳嗽、打嗝、胃不適、喉嚨可能疼痛或有灼熱感	症狀 咳嗽、流鼻涕，出現類似感冒症狀

支氣管炎	感冒未痊癒
咳嗽時間點 <ul style="list-style-type: none">吸到冷空氣吸到菸味、髒空氣時	咳嗽時間點 <ul style="list-style-type: none">感冒過後
症狀 咳嗽、咳痰、呼吸短促、呼吸道黏液多	症狀 乾咳、喉嚨癢，感覺喉嚨有人在搔癢般

※這些慢性咳嗽可能的病因 僅供參考，久咳不癒請盡快就醫

Heho健康

四、支氣管炎治療

1. 支氣管擴張劑：可緩解支氣管黏膜水腫或肌肉痙攣，以擴張呼吸道。
2. 皮質類固醇：必要時給予為了緩解炎症及擴張支氣管。
3. 止咳化痰劑：減少咳嗽頻率、咳嗽的嚴重度及胸部不適，但若每天喝 2000cc 水分，可稀釋痰液使痰較好咳出，比使用藥物更有效。

五、支氣管炎預防

1. 避免處於受污染及多灰塵的環境，並戴上口罩。
2. 禁止吸菸或是接觸二手菸。
3. 適當運動和休息。
4. 保持居家環境的清潔、通風、保暖。
5. 寒冬要加強口、鼻、喉等部位的保養。
6. 使用加濕器，因為溫暖潮濕的空氣能緩解咳嗽，並幫助呼吸道排出分泌物。

日咳夜咳支氣管炎



○發燒
○胸痛
○呼吸不順
⚠咳幾耐？

哪類人高危

○健康

資料來源：

參考資料

1. <https://www.country.org.tw/>
2. 宏恩醫療財團法人宏恩綜合醫院
3. 健康Easy

學務處 衛保組 關心您

