

了細菌的繼發感染，就必須使用抗生素積極治療了。

平時最常見的濫用抗生

素的例子，除了感冒外，還包括中耳炎、鼻竇炎等疾病。抗生素若濫用，人體內細

菌會產生抗藥性，無形中對民衆造成極大傷害。

認識支氣管炎與肺氣腫

台北市家計中心／任宜蓀

一個人若連續2年以上，且每年最少有3個月的咳嗽、吐痰現象，就是慢性支氣管炎。此症以50歲以上的男子居多，且與吸煙及工作環境的污染有關，唯患者自己多不在意，且不認為自己有病。

抽煙時，粘膜上纖維會麻痺，睡眠時又逐漸恢復，而只有在早晨起床時會咳嗽，以清除晚間的積痰，唯時日漸久，會變得整日有痰，勞動時呼吸短促，並感覺呼吸困難，偶爾也會喘鳴。

病情拖延結果，會演變成慢性感染性支氣管炎，時間一久，有輕微的感冒就會產生濃痰，且喘鳴與呼吸困難更形嚴重，最後進入慢性阻塞性支氣管炎階段，這時常會急性發作，患者呼吸道會反覆感染，導致無法平躺、足踝水腫、肝腫、腹水、缺氧心室衰竭，發作嚴重時可致死。

肺氣腫是終末細小支氣



吸煙不是好習慣，易引起氣管疾病。

管遠端的氣腔異常擴大，肺胞壁並有損毀情形。

肺氣腫患者在長年的呼吸困難後，會出現咳嗽、吐痰、體形瘦弱、臉色潮紅、胸部擴大等現象，容易因呼吸衰竭而死亡。

慢性支氣管炎及肺氣腫皆無法根治，只能藉治療改善病情，當併發急性感染時，可使用抗生素、支氣管擴張前化痰藥及氧氣來減輕痛苦。

至於平日保養，則應從戒煙、避免受涼，及避免出入空氣污染場所來避免感染；此外應維持氣道暢通，學習腹式呼吸，並勤作呼吸運動，以解除呼吸困難。

肺氣腫毛病就是肺泡腫起來的一種退化性的疾病，藥物可以復原，但可以改善一些症狀，罹患原因可能和吸煙有關。

由於肺氣腫是呼吸道疾病，食補也不可能有效，最好是找一位好的胸腔科醫師診斷，並服藥治療，另外可請復健科醫師做呼吸訓練，學習以最輕鬆的方式使呼吸順暢一點。

MASK-280

**防塵
防毒
濾臭**

全功能最大透氣量實用設計

可自由拆裝組合 ■單缶雙排氣式
■雙缶單排氣式 ■雙缶雙排氣式

盛勝有限公司 04-3335268
3327569