

哮喘有什么症状，它真的治不好吗？

支气管哮喘(简称哮喘)是世界公认的医学难题,被世界卫生组织列为四大顽症之一。它是一种呼吸道的慢性炎症疾病,表现为发作性咳嗽、胸闷及呼吸困难,如果没有采取任何抗炎的措施,将会导致支气管阻塞或挛缩,甚至可能因呼吸困难而危及生命。人们对待哮喘也有很多误区,比如:哮喘不能运动,哮喘治不好……那么这些说法是真的吗?让我们通过了解哮喘,从而科学认识它。

哮喘有哪些表现呢?

哮喘的主要症状是反复发作喘息、气急,伴有或不伴有胸闷或咳嗽,夜间及晨间多发,常与接触变应原、冷空气、物理性刺激、化学性刺激及上呼吸道感染、运动等有关。还有几种容易被漏诊的哮喘也应该引起注意:一是咳嗽变异性哮喘,咳嗽是唯一或主要症状,无喘息、气急等典型哮喘的症状;二是胸闷变异性哮喘,胸闷是唯一或主要症状,无喘息、气急等典型哮喘的症状;

三是隐匿性哮喘,无反复发作喘息、气急、胸闷或咳嗽的表现,但长期存在气道反应性增高。

任何年龄都有可能患上哮喘,但儿童多于成人。成人哮喘无法治愈,但只要通过规范化的治疗和管理,可以得到完全控制;哮喘发病于14岁以内的,只要及早干预治疗,治愈率可达95%。

根据我国《儿童哮喘诊断治疗指南》来规范管理,绝大多数患儿是能缓解的,但家长不要以为等孩子长大就会自愈。在这个过程中,哮喘反复发作,炎症反复刺激,会使气道纤维组织增生、腺体增大、平滑肌肥厚,造成气道结构改变,肺功能下降,这种损害是永久性、不可逆的,会严重影响孩子的生长发育,甚至因哮喘发作导致猝死。

控制哮喘的“四早”原则

早发现:早发现才能掌握哮喘防治的主动权。哮喘可发生于任何年龄,但以婴幼儿为多。有调查显示,0至14岁小儿哮喘中,85%



在5岁前起病,3岁内起病者占75%,其中大多数在出生后1年内出现喘息症状。但这些哮喘或喘息性疾病常常被忽视,由于未得到合理治疗,反复发作甚至延续至成人。早诊断:早诊断是早治疗的前提。若在早期哮喘阶段就确诊,可大大提高哮喘防治效果。因此不论年龄大小,凡能排除其他喘息性疾病,符合哮喘诊断标准的应早期诊断,及时治疗。

早治疗:确诊哮喘后要早期治疗,特别是吸入激素治疗尤为重要。哮喘病程≤2年者,进行吸入激素治疗的疗效比哮喘病程≥2年的控制率明显提高。

早预防:哮喘的防治原则和其他疾病一样,防治结合,预防为主。能通过各种方法预防哮喘发作是最好不过的,如改善环境、改善过敏体质、积极防治呼吸道感染等。

如何预防哮喘发作?

- 第一,遵医嘱规律用药。
 - 第二,预防病毒性感冒,减少诱因。
 - 第三,注意保暖。疲劳、寒冷、压力过大等都会导致免疫功能下降,容易诱发哮喘发作。
 - 第四,锻炼身体很重要。哮喘病人适合多晒太阳,通过跑步、游泳等运动,提高身体应答外界变化的能力,使病情趋于稳定。
- 哮喘患者做剧烈运动是非常危险的,因为剧烈的运动会引起呼吸急促,从而引起哮喘发作。哮喘患者如果想运动,可以选择游泳等较为有氧的运动,还可以达到锻炼身体的目的,同时增强抵抗力。

< 本文来源于网络,不代表本社立场 >



眼科医生

殷丹 Dan Yin, M.D.

(301)770-2020
(Mon-Sat. 急诊24HRS)
6333 Executive Blvd, Rockville, MD
www.washingtoneyeconsultants.com

- * 纽约医学院 M.D.
- * 著名的 New York Eye and Ear infirmary 住院医生
- * 美国眼科专家文凭
- * Holy Cross Hospital 眼科主任医生

一流医院, 一流医术, 一流设备, 一流医护

- 无刀激光白内障手术
- 近视, 远视, 和散光激光矫正及人工晶体植入
- 青光眼, 视网膜疾病, 眼睛发炎, 干涩, 眼睑疾病, 角膜损伤

- 糖尿病和高血压眼底检查
- 眼皮下垂修复和眼部美容(包括注射美容填料)
- 定制和验配普通/隐形眼镜

3-089

维州马州妇产科不孕科

美国妇产科学院院士、德州理工大学医科博士, 爱因斯坦大学主治医师
曾任 Johns Hopkins University 妇产科临床副教授

颜世莲 Dianna Yan, MD

● 每年定期妇女抹片及乳房检查
● 孕妇产前检查、接生、无痛分娩
● 不孕症、输卵管及精液检查; 人工受孕
● 泌尿系统、尿道膀胱感染; 小便失禁
● 子宫、膀胱下垂、脱落; 治疗不用开刀
● 宫颈肌瘤; 治疗不用开刀
● 卵巢、子宫囊肿; 切除不用开刀
● 子宫镜扎输卵管; 不用开刀
● 阴道松弛整形
● 减除静脉曲张、蜘蛛痣; 不用开刀

俞国贤 Steve Yu, MD, FACOG

● 子宫内腺瘤切除术: 根治经血过多
● 子宫镜结扎输卵管, 不须开刀
● 松弛阴道收紧术, 改善性功能
● 痔疮切除、乳房肿瘤切除
● 药物去除静脉曲张和蜘蛛痣
● 微创腹腔镜手术: 子宫及子宫肌瘤切除, 不须开刀
● 妇科泌尿: 治疗尿失禁, 及非感染性尿急和夜尿增多
● 盆腔整形手术: 修复子宫下垂、膀胱脱出、阴道松弛

接受各种保险 PPO 和 HMO 自费优惠

马州 301-963-0900
8909 Shady Grove Ct, Gaithersburg MD 20877

维州 703-876-6200
8622 B Lee Hwy, Fairfax, VA 22031

罗迅妍 医师 疼痛康复科

Joan Luo M.D. Board Certified Physical Medicine & Rehabilitation

- 福建医科大学毕业
- 纽约州立大学研究生
- 国家卫生总署 Fellow
- 国家康复医院住院医师
- 宾州大学附属医院住院医师

Maryland Neurological Institute 及 Ann Arundel Medical Center 主治医生

主治 脊椎、神经、关节及肌肉疼痛、车祸、工伤、运动跌打、损伤、头痛及中风后遗症, 神经肌电诊断、各种封闭注射、针灸理疗

接受各种医疗保险及车祸工伤保险

预约电话: 301-987-8988 703-738-6127
马州 8943 Shady Grove Court, Gaithersburg, MD 20877 355 和 270-8 号出口
维州 3601 D Chain Bridge Road, Fairfax, VA 22030

3-032

裴万征 医师 妇产科

Richard Wanzheng Pei, MD, PhD
703-698-9668
starcareobgyn.com

聚有十多年临床经验

- 美国妇产科学院院士
- 乔治华盛顿大学医学院临床助理教授
- Robert Wood Johnson 医学院妇产科毕业
- 哥伦比亚大学生理学博士
- 北京医科大学本科及整形外科毕业

- 产前检查, 高危妊娠护理, 无痛分娩、接生
- 妇科年检, 各种妇科疑难病症
- 不孕症查治, 人工受孕, 再接通结扎后的输卵管
- 设有最先进 3D 彩色 B 超: 检查胎儿和妇科

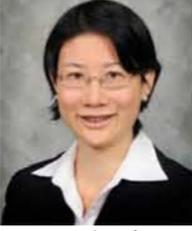
Fairfax Hospital Office: 3301 Woodburn Rd, Suite 102, Annandale, VA 22003 Next to Inova Fairfax Hospital Tel: 703.698.9668
Herndon Office: 106 Elden St, Suite 13, Herndon, VA 20170 Close to Reston Hospital Tel: 703.432.2433

3-049



血液, 肿瘤专科门诊

Montgomery Oncology Care and Hematology



- 美国临床肿瘤学会会员
- Suburban Hospital, Shady Grove Adventist Hospital 专科主治医师
- 美国国立肿瘤研究院 (NCI) 与心、肺、血液研究院 (NHLBI) 血液与肿瘤专科 Fellow
- 哥伦比亚大学医学院附属圣文森特医疗中心内科住院医师

主治 乳腺癌, 肺癌, 大肠癌, 胃癌, 肝癌, 胰腺癌, 头颈肿瘤, 肾癌, 前列腺癌, 膀胱癌, 宫颈癌, 卵巢癌, 淋巴瘤, 骨髓瘤等各种癌症及各种血液病

地址: 9715 Medical Center Drive, Suite 531, Rockville, MD 20850 (301) 424-9723
位于 Shady Grove 医院急诊室右侧的门诊楼内, Metro 及 66, 40, 43 号公车可达 (301) 337-8116

3-073



樊薇 内科医师

Wei Fan MD 3-115

主治各种内科慢性疾病, 外科, 妇科, 皮肤科常见疾病, 健康体检, 预防接种, 肿瘤普查, 妇科年检。

具有多年临床经验, 医术精湛, 认真负责, 耐心周到, 个体化诊疗, 服务社区, 爱心呵护您的健康人生。

接受多种保险及自费, 全面接受新病人 周六开诊

- 美国内科学会专科文凭
- 美国内科学会会员
- Shady Grove Adventist 医院和 Washington Adventist 医院内科主治医师
- Hackensack UMC Mountainside 医院内科住院医师
- 北京三零一医院医学硕士
- 北京三零一医院多年主治医师

预约电话: (240)690-4114 或 (301)299-3039
门诊地址: 2401 Research Blvd Suite 370, Rockville MD 20850

精神心理专科



郑三君 医师

Jimmy S. Chen M.D. Ph.D.
Board Certified Psychiatrist

- ★ 美国康乃迪克大学神经内分泌学博士
- ★ 哈佛医学院附属麻省总院和儿童医院研究员
- ★ 天普大学附属达拉威精神疾病中心总住院医师

主治 忧郁症、焦虑症、躁狂症、情感障碍、精神创伤后综合症、恐惧恶梦精神分裂症、强迫症、厌食、失眠、儿童行为障碍、多动症、性功能障碍、老年痴呆症。各种精神、心理和行为疗法, 最安全、有效、先进药物治疗。

公民入籍英文免试证明 司法协助

Tel: 240-498-4509; 240-888-0403; 301-740-2680; 接受多种医疗保险和自费
Fax: 301-560-4924 Email jimmychen1988@hotmail.com
18502 Office Park Drive Montgomery Village, MD 20886, Gaithersburg (270 Exit 11)

3-022