

# 儿童慢性咳嗽 切忌药物包围

来自儿童医院的数据显示,咳嗽是儿童在冬季发生频率最高的病症之一。一般的咳嗽,随着感冒等疾病的痊愈会逐渐好转,但有一些咳嗽,却会持续很长时间,成为“慢性咳嗽”。那么,孩子为什么会患上慢性咳嗽?这种咳嗽与普通的咳嗽有什么不同?该怎样治疗和护理?



“女儿都咳嗽三个月了,一直治不好。”最近,家住海淀的王女士非常烦恼,不断带孩子去看病,先看了呼吸科,又转了耳鼻喉科。

王女士说,刚开始就是感冒引起的咳嗽,后来感冒好了,咳嗽却一直没有好,最后才查出来,是上气道咳嗽综合征引起的“慢性咳嗽”。

专家表示,从病程上,咳嗽分急性、亚急性和慢性三类,一到两周为急性,三到四周为亚

急性,超过四周以上的,属于慢性咳嗽。

儿童医院呼吸内科专家介绍,不同年龄段的孩子,慢性咳嗽的病因是不一样的,专科医院呼吸科的医生基本都会了解,某个年龄段的孩子,什么样的疾病最容易引发慢性咳嗽。

从门诊就诊患儿来看,慢性咳嗽的病因中,有四大类是最主要的,分别为上气道咳嗽综合征、呼吸道感染或感染后咳嗽、咳嗽变异型哮喘和胃食管反流性咳嗽。

专家说,这几个病因中,上气道咳嗽综合征是上呼吸道的,跟耳鼻喉科有关;呼吸道感染属于呼吸科;咳嗽变异型哮喘也是呼吸科的,但与支气管哮喘密切相关;而胃食管反流则是消化这一块。所以,慢性咳嗽的诊治必要时需要跨专科,不是完全能由呼吸科解决的。

如果呼吸科治疗不能达到疗效,并且怀疑病人有其他问题时,可能会转诊。因为还有一

些病,可以合并存在,比如这个病人,既有咳嗽变异型哮喘,又有上气道咳嗽综合征,所以还会存在一个联合治疗的问题。

专家表示,慢性咳嗽治疗的顺序,也是按几大类原因,逐个排除。

不过,四个星期以上的咳嗽,才会考虑慢性咳嗽,大多数咳嗽,还是急性,亚急性,也就是常见的气管、支气管炎,这部分患病人群是最多的,慢性咳嗽的人群相对还是比较少的。

## 如何区分孩子咳嗽的原因

需要注意的是,咳嗽只是一种症状,并不是病。它是人体保持胸腔清洁的一种自我保护措施,避免刺激物进入肺部。

小孩有呼吸道感染的时候,肯定会咳嗽,咳嗽是清理呼吸道的分泌物,把那些脏东西排出来的一个过程。

很多原因都可能引发咳嗽,比如上呼吸道感染、扁桃腺发炎、嗓子发炎、鼻子堵塞等,当然,支气管炎、肺炎更会引起咳嗽,而且是主要

症状。

一般来说,由上呼吸道感染,比如感冒、扁桃体炎引起的咳嗽比较浅,比较轻,以干咳为主。

但如果咳嗽时间比较长,老是不好,频率比较高,比较剧烈,比较深,痰比较多,这种情况还是要去看医生,听听肺里有没有问题,看看是否从上呼吸道转移到下呼吸道了。

如果咳嗽又伴有发烧,一般就考虑下呼吸道感染,有支气管炎或肺炎。

## 治疗慢性咳嗽时家长应注意什么

专家介绍,咳嗽背后有很多的机制在起作用,医生在了解病情时,也要从孩子咳嗽伴发的症状,咳嗽声音、时间的特点,咳嗽经过药物治疗之后的反应,还有孩子本身的年龄段等因素,进行综合考虑,所以家长一定要提供给医生一个特别完整的病历,要特别关注咳嗽的特点和原来治疗的过程,这很重要。

而且,家长和大夫的沟通也很重要。医生会问,以前类似的状况,小孩用过什么药物,会有哪些反应?这也是诊断的一个线索。

了解病情后才能对症下药。如果是上气道咳嗽综合征导致的咳嗽,要去治疗鼻炎,鼻炎治好,咳嗽也就没事了;如果是咳嗽变异型哮喘,要按哮喘来治疗;如果是胃食管反流性咳嗽,要治疗胃酸的逆流;如

果是心因性咳嗽,则要去关注心理的状态。

另外,有些治疗需要等待一段时间观察,比如孩子对药物的反应如何?而不是今天去看这个科,明天去看那个科,药换了一堆又一堆。门诊经常能碰到这样的病例,家长就希望两三天、三五天马上就上好,甚至用很多的药物来包围,实际上都是不当的。

咳嗽本身是一个保护性的反射,如果是急性咳嗽,通常中枢依赖性镇咳剂不宜在儿童中使用,咳嗽中枢被抑制,有些时候反而会掩盖一些疾病后面的反应情况。所以,咳嗽后,不要一下子用很强的镇咳药,一定要先知道病因,通过病因来治疗,抑制和减少咳嗽的现象。希望家长一定要有耐心,等待药物起作用的过程。

## 慢性咳嗽的孩子该如何护理



首先要避免孩子被动吸烟,这是最重要的,尤其对上气道咳嗽综合征、呼吸道感染或感染后咳嗽、咳嗽变异型哮喘这三类孩子,呼吸道都会存在气道敏感性增高的情况,香烟、冷空气、不良的异味刺激,如厨房的油烟等,都会加重气道的高反应性,加剧咳嗽。

第二,要大量喝水,多喝白开水,水分的补充也很重要,因为频繁咳嗽会造成呼吸道水分的大量丢失,而越干燥对呼吸道的刺激就越强。

另外,在治疗过程当中,家长不要自行加药。因为医生考虑治疗方案的时候,已经有几种药物的联合,私自加药可能会跟现有药物重合,导致过量用药。如果已经备了某种咳嗽药,一定要提前跟大夫说明,医生在开药的时候,会考虑这个因素,避免造成药物过量的不良反应。

最后,家长应教导孩子在咳嗽的时候,避免直接面对周围的人,简单的方法是用手臂遮挡口部,避免咳嗽飞沫在空气中传播,这对自己和别人都是保护。

## TIPS: 两种不常见慢性咳嗽病因

### 1. 心因性咳嗽

孩子特别关注某一个事情的时候,咳嗽就完全消失了,如夜里睡觉,或特别注意做某一件事情时,一声都不咳嗽,但在平时,会有刻板单调机械性的咳嗽动作。如果临床上发现这些特征,在排除了其他咳嗽原因后,就要考虑心因性咳嗽,是不是要给一些心理方面的干预和治疗。

目前,心因性咳嗽发生的比率也不低,有的时候,会让孩子转诊心理专业。

### 2. 声带功能不良

这个原因在临床诊断时不是特别多。主要是咽部肌肉功能不良,或者声带功能不良引起的慢性咳嗽,咳嗽多会发出类似哮喘的哮鸣声音,但不是从胸部往外发出,而是在咽喉部位,孩子也会觉得难受,不断有咳嗽和自我感觉喉部不适从而抓捏颈部的动作,尤其是一些学龄期、青春期的女孩,发生的比较多一些。

一般建议到五官科去做一个视频的喉镜检查。(林文龙)