

儿童慢性咳嗽 切忌药物包围

来自儿童医院的数据表明，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；而胃食道反流则是消化这一块的。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，把那些脏东西排除出来的一个过程。

很多原因都可能引发咳嗽，比如上呼吸道感染、扁桃体发炎、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，鼻炎治好后，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，要治疗胃酸的反流；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，这对自己和别人都有保护。

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。如果临幊上发现这些特征，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

这个原因在临幊诊断时不是特别多。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)