

世界哮喘日

—控制哮喘



世界哮喘日的由来

- 世界哮喘日自创建至今已逾时15年之久。
- 由世界卫生组织推出的一个纪念活动
- 由全球哮喘防治倡议委员会（GINA）与健康护理小组及哮喘教育者一起组织
- 让人们加强对哮喘现状的了解，增强患者及公众对该疾病的防治和管理。

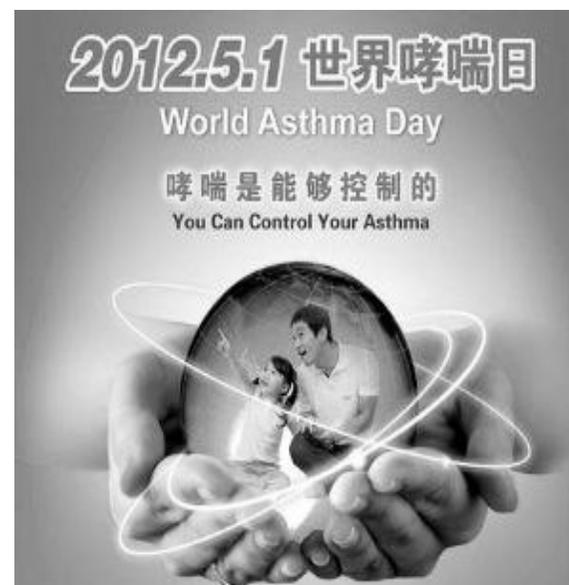
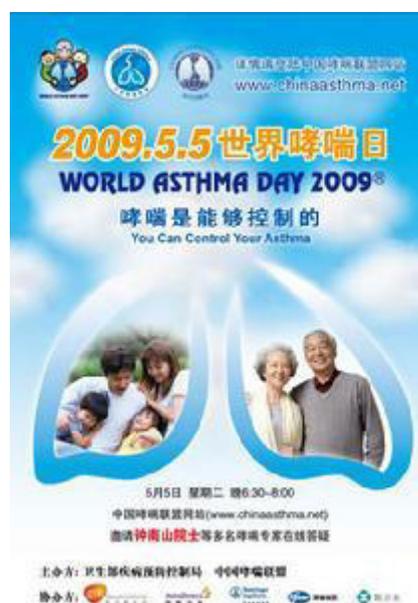


世界哮喘日何时举行

- 1998年12月11日——第一个世界哮喘日。
- 西班牙巴塞罗那，全球哮喘病防治创议委员会与欧洲呼吸学会代表世界卫生组织提出。
- 从2000年起，每年5月的第一个周二定为世界哮喘日。

世界哮喘日的主题

- 每一年GINA都会选择一个主题。





2014年世界哮喘日

- 今年的世界哮喘日在5月6日
- 延续2013年 “You Can Control Your Asthma” 。
- 副主题— “It’ s Time To Control Asthma” 。
- ——控制哮喘，势在必行



哮喘的逐渐升高的发病率

- 我国哮喘近年来持续增长，发病情况不容乐观。
- 0~14岁儿童哮喘的患病率：
全国1988~1990年0.11%~2.03%，2000年0.12%~3.34%
- 首次发病：>80%<5岁,50%<3岁
- 性别：男:女为2:1



儿童哮喘逐渐升高的患病率

- 2010年全国0~14岁儿童哮喘的第三次流行病学调查基本完成。全国有近3000万哮喘患者，其中有儿童患者约1000万左右。约1/3至1/2的儿童哮喘可迁延至成人。



支气管哮喘—— 一个全球性的严重健康问题

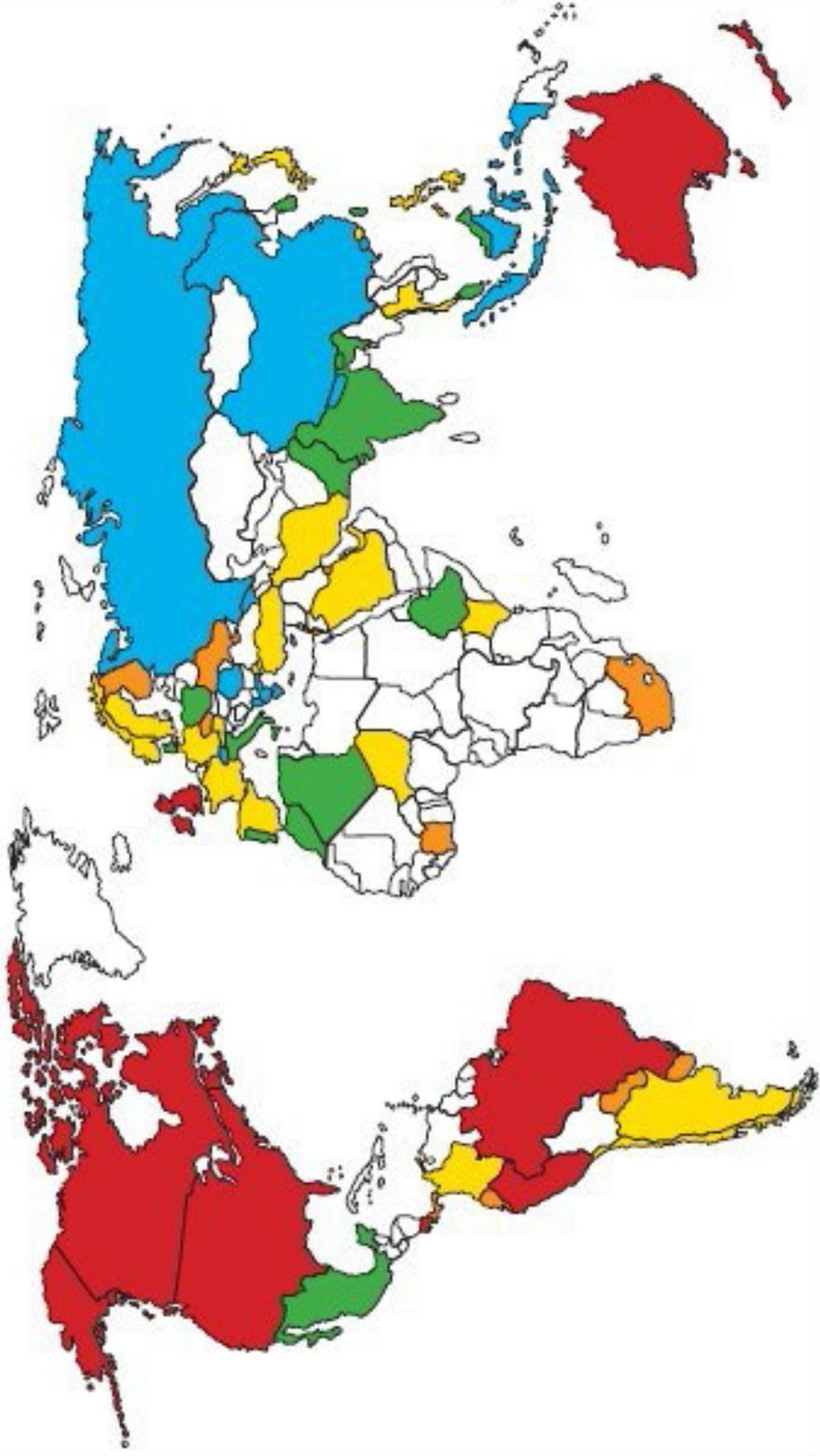
全球哮喘患病率差异大:

- 新西兰:11%
- 欧洲: 13.5%
- 美国: 12.4%
- 新加坡:20.9%
- 我国儿童: 0.25% ~ 4.63%(2000年)

普遍规律:

- 城市高于农村
- 儿童多于成人
- 中国估计有哮喘患者约3,000万
- 全球保守估计至少有哮喘患者1.5亿以上

World Map of the Prevalence of Clinical Asthma



Proportion of population (%)*



2.5-5.0

0-2.5

No standardised data available



哮喘是怎样发生的？

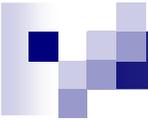
- 生活环境的改变
- 变应原暴露的增加
- 遗传易感性
- 环境问题——“催化剂”。全球大气、水、土壤污染日益严重，食品、生活日用品的化学制剂

什么是哮喘

- 气道慢性炎症性疾病。由气道上皮细胞、炎症细胞及细胞组分参与。



易感个体气道高反应性，当接触物理、化学、生物等刺激因素时，发生广泛多变的可逆性气流受限。



哮喘有什么表现

- 接触过敏性或非过敏性因素，出现反复发作的喘息、咳嗽、气促、胸闷等症状，常在夜间和(或)清晨发作或加剧。药物治疗或自行缓解。
- 部分患者有季节性发作或加重的表现。
- 过敏性诱发因素（尘螨、食物、霉菌、花粉、动物毛皮屑等）
- 非过敏性诱发因素（运动、病毒感染、冷空气、烟雾、空气污染、吸“二手”烟、阿司匹林等药物）。

常见引起哮喘发作的因素



哮喘急性发作

- 症状：咳嗽、喘息、呼吸困难，发绀；严重者大汗淋漓，面色苍白，言语不能等。
- 体征：烦躁、气促；胸廓饱满，呼气相哮鸣音。





哮喘该如何治疗？

- 虽然，哮喘是个难以治愈的慢性疾病
- 但是，可以通过合理的规避措施和药物治疗来减少患者哮喘的急性发作，达到预防、控制哮喘的目标，大大改善患者及其家庭生活质量，大幅度降低社会医疗费用的支出。

哮喘的治疗目标

- 最少或没有症状
- 最少的哮喘发作
- 肺功能接近正常
- 体力活动不受限
- 防止不可逆气流受限
- 避免药物不良反应
- 防止因哮喘而死亡





哮喘的治疗原则

原则：坚持长期、持续、规范、个体化

发作期：快速缓解症状、抗炎、平喘

持续期：长期控制症状、抗炎、降低气道高反应性
、避免触发因素、自我管理



哮喘的治疗原则

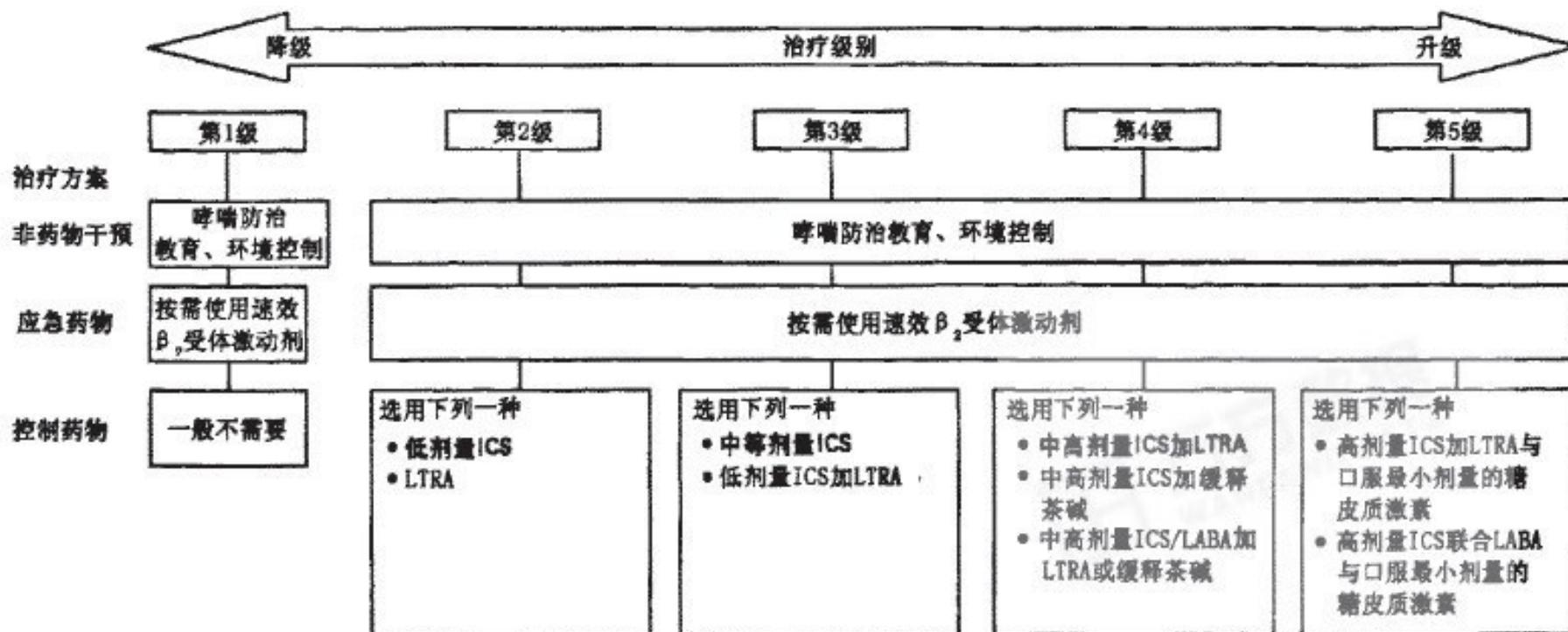
- 注重药物治疗和非药物治疗相结合
- 非药物治疗：哮喘防治教育、变应原回避、患者心理问题的处理、生命质量的提高、药物经济学等诸方面。注重其在哮喘长期管理中的作用。



哮喘的治疗方案

- 分为长期治疗和急性发作期治疗。
- 长期治疗方案分为5级。
- 对以往未经规范治疗的初诊哮喘患儿，根据病情严重程度分级，选择第2级、第3级或第4级治疗方案。
- 每1-3个月审核1次治疗方案，根据病情控制情况适当调整治疗方案。

哮喘的长期治疗方案



调整方案之前，首先要检查患儿吸药技术、遵循用药方案的情况、变应原回避和其他触发因素等情况。

哮喘的急性期治疗方案

- 主要根据急性发作的严重程度及对初始治疗措施的反应，在原基础上进行个体化治疗。



哮喘的药物治疗

■ 急性发作期 快速缓解药物

- 短效吸入型 β_2 受体激动剂
- 全身性皮质激素
- 抗胆碱能药物
- 短效茶碱
- 短效口服 β_2 受体激动剂



哮喘的药物治疗

■ 慢性持续期 长期控制药物

- 吸入型糖皮质激素
- 白三烯调节剂
- 缓释茶碱
- 长效 β_2 受体激动剂
- 肥大细胞膜稳定剂
- 联合治疗





哮喘的教育与管理

- 需要强调的是哮喘的非药物治疗的重要性
- 有效的哮喘防治教育与管理
- 建立医患之间的伙伴关系
-  实现哮喘临床控制。



哮喘的教育

- 哮喘的本质、发病机制。
- 避免触发、诱发哮喘发作的各种线索的方法。
- 哮喘加重的先兆、症状规律及相应家庭自我处理方法。
- 掌握PEF的测定方法，记录峰流速日记。
- “儿童哮喘控制测试(C-ACT)”和“哮喘生活质量问卷(ACQ)”。



哮喘的教育

- 了解各种长期控制及快速缓解药物的作用特点
- 药物吸入装置使用方法及不良反应的预防。
- 掌握吸入技术
- 哮喘发作的征象、应急措施和急诊指征。
- 患者的心理问题。



哮喘的教育方法

- 门诊教育：是最重要的基础教育和启蒙教育，是医患合作关系的开始。使患者及其家属初步了解哮喘的基本知识，学会应用吸入药物。
- 集中教育：通过座谈、交流会、哮喘学校（俱乐部）、夏（冬）令营和联谊会等进行集中系统的哮喘防治教育。



哮喘的教育方法

- 媒体宣传：通过广播、电视、报纸、科普杂志、书籍等推广哮喘知识。
- 网络教育：应用电子网络或多媒体技术传播哮喘防治知识。通过中国哮喘联盟网 (www.chinaasthma.net)、全球哮喘防治创意 (GINA)网 (www.ginasthma.org)等或互动多媒体技术传播哮喘防治信息。



哮喘的教育方法

- 定点教育：与学校、社区卫生机构合作，有计划开展社区、患者、公众教育。
- 医生教育：注意对各级医生的教育。普及哮喘知识，更新和提高专科医生的哮喘防治水平，定期举办哮喘学习培训班。



日常哮喘监测方法

- 哮喘日记
- 哮喘生活质量调查量表
- 肺功能检查
- 气道炎症的评估



哮喘生活质量调查量表

- 哮喘控制测试

Asthma Control Test (ACT)

- 儿童哮喘控制测试

Childhood Asthma Control Test

- 哮喘控制问询表

Asthma Control Questionnaire

- 哮喘治疗评估问卷

Asthma Therapy Assessment Questionnaire (ATAQ)
control index.

儿童哮喘控制测试(C-ACT)

- 包含7个问题
- 孩子4个，家长3个



让您的孩子回答这些问题：(请让您的孩子独立完成)

1. 今天的哮喘怎么样?



2. 当你在跑步、锻炼或运动时, 哮喘是个多大的问题?



3. 你会因哮喘而咳嗽吗?



4. 你会因为哮喘而在夜里醒来吗?



请您自己回答下面的问题： 不要让您孩子的答案影响您的回答, 答案没有对错之分。

5. 在过去的4周里, 您的孩子有多少天有日间哮喘症状?



6. 在过去的4周里, 您的孩子有多少天 因为哮喘在白天 出现喘息声?



7. 在过去的4周里, 您的孩子有多少天因为哮喘而在夜里醒来?



	月	月	月	月	月	月
	日	日	日	日	日	日

问题1

问题2

问题3

问题4

问题5

问题6

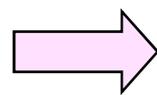
问题7

总分

C-ACT 分值的意义

19分或更少 😞

● 如果您的孩子得分是19分或更少，这或许表明您孩子的哮喘并没有得到最妥善的控制。



考虑患儿的治疗方案是否需要调整并加强随访

20分或更多 😊

● 如果孩子的得分是20或更多，哮喘或许在控制之中。



维持目前的治疗方案以达到完全控制，保证一定的随访频率，维持哮喘控制3个月以上，结合肺功能等检查考虑是否进行治疗方案调整。

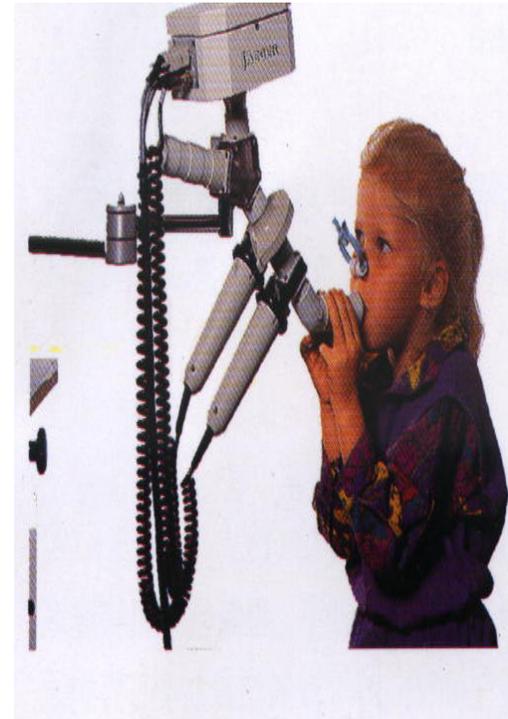
肺功能检查



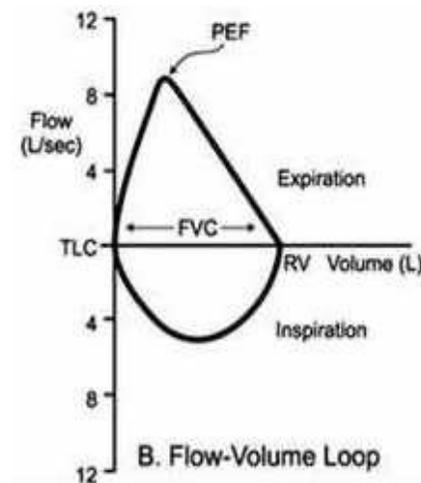
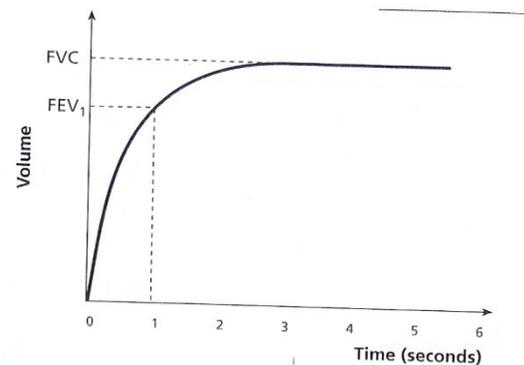
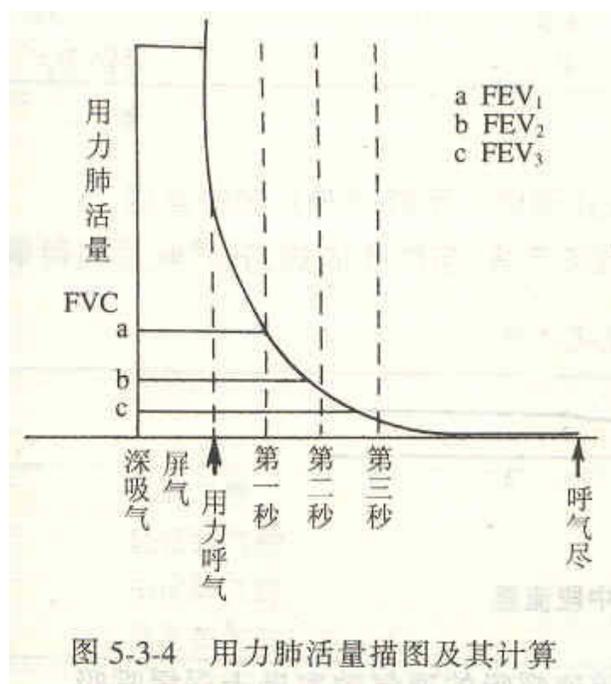
脉冲振荡 (IOS)
肺功能检测



用力通气肺功能
检测



肺功能结果的解读

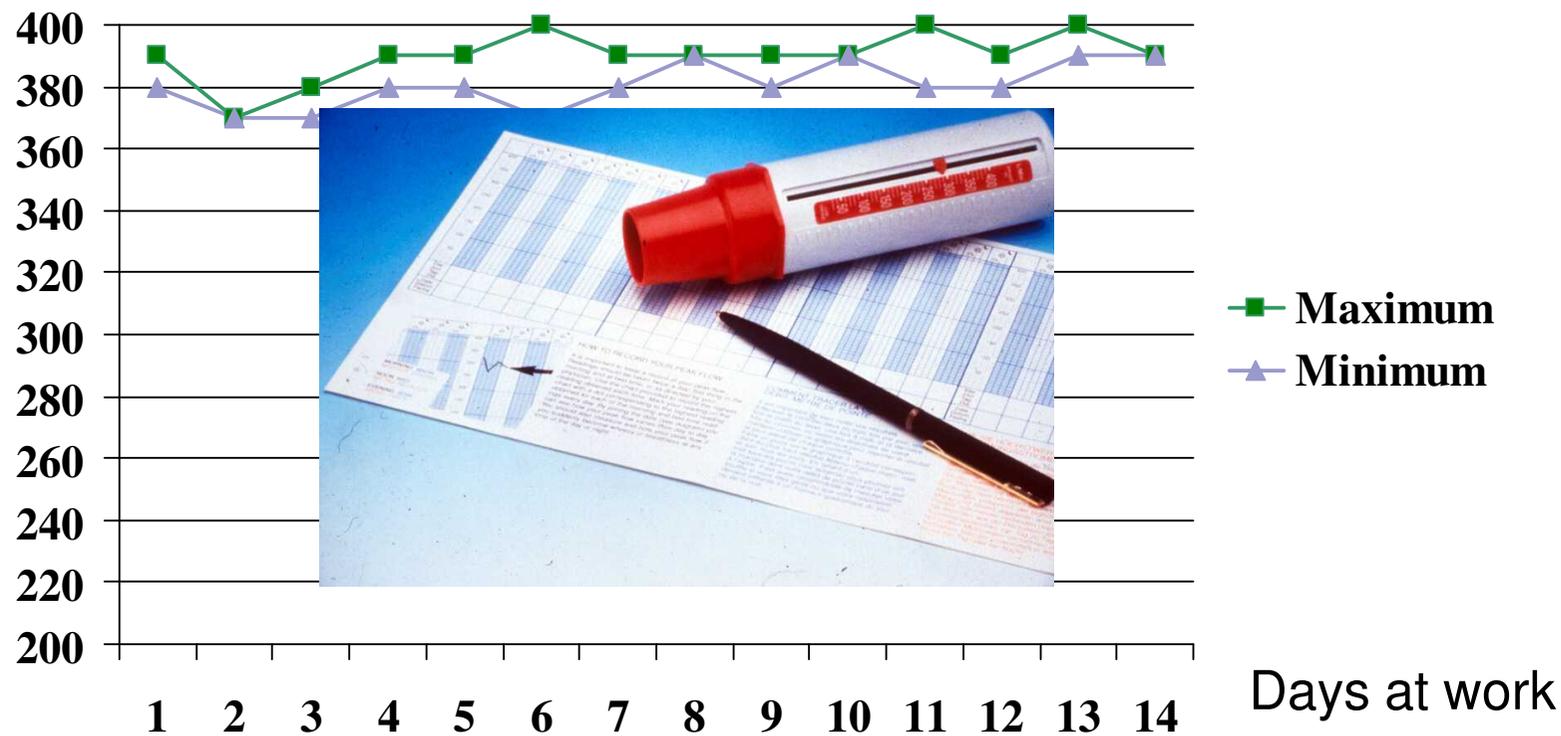


各种常见的峰流速仪



正常峰流速值记录

PEF L/min





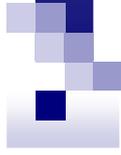
哮喘的长期管理

- 1.建立医生与患者及家属间的伙伴关系。
- 2.确定并减少与危险因素接触。
- 3.建立哮喘专科病历：建立哮喘患者档案、制定长期随访计划，定期（1-3个月）随访。
- 4.评估、治疗和监测哮喘。



2014年，世界哮喘日的主题

- “It’s Time To Control Asthma”
- “控制哮喘，当务之急”
- 在哮喘发病率逐渐上升的今天，提高公众对哮喘的认识，并树立控制哮喘的正确认识，是当务之急。我们有信心，在有力的宣传和良好的管理下，医患合作，可以帮助广大哮喘患者控制哮喘，畅快呼吸。



控制哮喘，畅快呼吸！

