

中華民國 104 年 12 月 出刊

高市民生藥訊

第五十六期 季月刊



發行人：林盟喬
社 長：林盟喬
副社長：翁豐榮、連冠惠
總編輯：連冠惠
主 編：郭玫秀
編 輯：黃子芸、許玉芳、曾郁慈、賴文堯、邱志鴻、
吳宗芳、繆柔萱、黃詩婷
發行醫院：高雄市立民生醫院
院 址：高雄市苓雅區凱旋二路 134 號
電 話：07-7511131 轉 2128、2129 藥劑科
傳 真：07-7131456
網 址：www.kmsh.gov.tw

九十年元月創刊

咳咳咳、咳不停！抽絲剝繭找病因

諮詢／樹金忠（臺大醫院創傷醫學部主治醫師）

撰稿／陳怡禾

小茹是個上班族，最近被在幼稚園就讀的女兒傳染了感冒，除了輕微發燒、流鼻涕、喉嚨痛等上呼吸道感染症狀以外，還伴隨著咳嗽，和女兒一同就醫治療一週，女兒的症狀緩解，早已活蹦亂跳的回幼稚園上課，小茹雖然燒退了，卻還是斷斷續續咳個不停。

聽親友說，喝蒸煮的冰糖梨可以止咳，又說某某中醫的枇杷膏有效，還有人推薦鹹檸檬可止咳，小茹通通嘗試過了，還是咳不止，且有喘

中華民國 104 年 12 月 出刊

不過氣來的感覺，最後仍再度就醫，醫師檢查後告訴她，原來小茹因為感冒引起氣喘，現在的咳嗽是氣喘的表現之一，要先把氣喘控制住，才可能止咳。

咳嗽超過兩週 恐非單純感冒

咳嗽可依時程分為兩大類，一為急性期咳嗽；另一類則為慢性咳嗽。

急性期的咳嗽原因如感冒、吃到比較冰涼的食物、冷空氣或辛辣食物刺激等引起的咳嗽，這些都屬於急性期的咳嗽，通常這樣急性發作的咳嗽短則小於 3 至 5 天，比較久的如黴漿菌或呼吸道融合病毒的感染，通常也會在一到兩周內，咳嗽就會逐漸改善到痊癒。

有些患者雖然只咳了 3 到 5 天，算是急性咳嗽，但若合併高燒、喘、呼吸急促、或血痰等較嚴重的症狀，會建議就醫，而非只拿成藥吃。

另外會建議就醫的則是咳嗽大於兩週、甚至一個月都不見好轉的咳嗽，有些慢性咳嗽會伴隨著喘鳴聲，或者咳嗽時有濃痰，恐怕並非只是單純咳嗽這麼簡單。這些情形都會建議民眾就醫檢查。

咳血又發燒 應提高警覺

咳嗽是人體正常的防禦反應，因為氣管受到了刺激、或者發炎所引起的動作，需要聲門開闔、呼吸肌收縮，肺部內的空氣噴出而形成咳嗽，咳嗽的當下，也具有清除分泌物和清除呼吸道異物的保護作用。

中華民國 104 年 12 月 出刊

在急性上呼吸道感染時，咳嗽是可以了解的反應，適當的情形下，會建議使用止咳藥物，改善咳嗽影響生活和睡眠的情形。但若合併發燒、濃痰、會喘或呼吸急促等，則代表嚴重度較高，是需就醫診察治療的。醫師會就病情嚴重度（如是否高燒持續不退、呼吸功能下降、是否已變成肺炎或扁桃腺發炎化膿等）以及病人的抵抗力（如年長的患者的抵抗力較差），來決定相關的治療，而不只是一昧的止咳。

另外，咳血也必須多留意，咳血是指咳出的痰中出現血絲或血塊，表示呼吸道或肺部受傷，有可能是較嚴重感染的指標，一般會建議就醫。但這些警訊也並非百分百精準，但較簡便可提高民眾的病識感，作自我的管理。

有人會用痰的顏色來辨別感染的嚴重度，若咳出來是黃色或綠色的痰，表示喉嚨、肺部或呼吸道有細菌在增生感染所引起的發炎反應；若是咳出來的是白色的痰，也沒有發燒，也就比較能放心。

咳不止 氣喘還是感冒？

台灣氣候溫暖潮溼，以及隨著國家進步與工業化，過敏兒與氣喘的盛行率也隨之上升，根據過去的調查顯示，台灣每 10 到 20 個人中，就有一個人有氣喘。而誘發氣喘發作常見原因為病毒感染跟塵蟎等，也因此，有過敏體質、氣喘的民眾，容易在某一次感冒過後，就被引發

中華民國 104 年 12 月 出刊

而咳個不停，好像快好了，又斷斷續續咳了起來，其實這都可能是氣喘的表現。

其實氣喘的咳嗽和感冒的咳嗽要分別並不難，在氣喘的發作時，大部份都會伴隨著非常明顯的喘鳴聲，也就是在吐氣時有「咻」的聲音，這種聲音是因為支氣管對感染或刺激物的過度反應，使支氣管發炎腫脹而造成氣管內徑的狹窄，因此氣流經過的時候，就會出現這種聲音，會在吐氣時特別明顯，但若是非氣喘引發的咳嗽則通常不會有這種聲音。

此外，氣喘相關的慢性咳嗽，晚上會比白天明顯，特別是半夜到凌晨三點容易胸悶或咳醒，尤其是冬天晚上最冷、人類的腎上腺皮質類固醇濃度較低時，氣管容易收縮而影響夜間的症狀。目前對於氣喘的控制評估，夜間的症狀是其中一個重要的指標項目。

當氣喘發作時，患者常會咳到停不下來，嚴重者甚至會連「一句話都講不完」。在面對久咳的病人時，醫師在判斷患者是否為氣喘引發的咳嗽，是會先了解病人的相關過敏病史、過去久咳的情形（是否反覆在感冒之後發生）、聽聽是否有喘鳴聲，以及同時看患者講話的樣態等等，來作綜合判斷。

咳嗽原因多元 勿輕忽警訊

中華民國 104 年 12 月 出刊

除了過敏性氣喘或鼻炎導致的鼻涕倒流，另外一種現代忙碌社會的文明病——胃食道逆流，也會引起咳嗽。當酸性的胃液逆流時，會刺激呼吸道神經，或咽喉的反應，間接的讓患者想要咳嗽。慢性咳嗽的原因相當多元，除了肺部病變、上呼吸道、胃食道逆流之外，心臟的間接影響、心理的因素和藥物的副作用等等，都會造成咳嗽。

以心臟為例，負責管控人體的血液動力，而肺部是心臟的後花園，一旦心臟心道不夠（如心臟衰竭），肺部就會積水，病人會以喘跟咳嗽來表現，會平躺時特別明顯。另外，現在藥物很多樣，其中一種降血壓藥物「血管收縮素轉化酶抑制劑」，也有可能是引起久咳的原因。

有少部分患者是習慣性咳嗽，這是因為精神或情緒引起的咳嗽，也就是身體可能不需要咳嗽，但是心裡卻認為要咳嗽，這類的病人可能與精神、壓力或最近的咳嗽事件都有關係，這是醫師在排除其他咳嗽可能的時候，才會下這樣的診斷。

一般民眾常會希望接受檢查，對於一般急性咳嗽，是在有持續濃痰、血痰或發高燒等警訊時，醫師才會建議做痰液培養或是胸腔 X 光攝影，對於慢性咳嗽則會建議先照一張 X 光片，再看後續的鑑別診斷作後續的檢查。而目前國人聞癌色變，常在門診要求照胸腔 X 光攝影，其實

中華民國 104 年 12 月 出刊

大部份的肺癌是沒有症狀的，而常規的胸腔 X 光片也已證實無法提早發現肺癌。

咳濃痰咳血 勿自行服成藥

一般說來，若是輕症、如咳嗽沒有黃稠濃痰、也沒有血絲，也無胸悶或喘等症狀，單純的急性咳嗽是可以購買一些成藥控制症狀；但坊間有一些藥效是比較強的止咳藥（如甘草複方的咳嗽藥水），則不建議民眾自行購買，否則透過太強的成藥抑制，會讓患者忽略病痛本身的症狀。



圖說：

上圖：發炎的支氣管 - 氣喘發作時，肺部的支氣管會腫脹並充滿黏液，肺部的空氣通道會被阻塞。

下圖：正常的支氣管

Q、我咳了一週都沒好，但醫師只開藥給我，不是應該照胸部 X 光嗎？

A、咳嗽僅一週內，沒有其他症狀，也沒有其他的慢性疾病，僅需要觀察以及一般症狀治療即可，若有高燒、咳濃痰、咳血，或咳嗽超過兩週，代表體內有感染或持續發炎的現象，就會建議進一步檢查或治療。

Q、白天都還好，但到了晚上就咳得比較厲害，可能是什麼問題？

A、慢性咳嗽較容易晚上夜咳，係受日夜溫度、姿勢、內分泌等等的影響，如躺著時鼻涕倒流，容易刺激咽喉；如心臟衰竭造成的水分過多，躺下時會回流到肺部就引起喘和咳嗽。

Q、咳嗽也是肺癌的症狀嗎？

A、罹患肺癌的患者，早期會引起咳嗽的並不多。肺部感染會發炎腫脹，使得肺部氣管的刺激會比較大，而腫瘤生長的速度相對緩慢，呼吸道的發炎反應不明顯，故早期肺癌會慢性咳嗽的病友並不多。若患者真的罹患肺癌而會咳嗽，就表示肺癌病情已擴展到大範圍了，或者

中華民國 104 年 12 月 出刊

是腫瘤的位置剛好長在呼吸道的咳嗽受器附近。因此，只能說咳嗽是肺癌的症狀之一，若罹患肺癌，並不能以咳嗽當作是警訊。

本文轉載自衛生福利部疾病管制署 <http://www.twhealth.org.tw/>