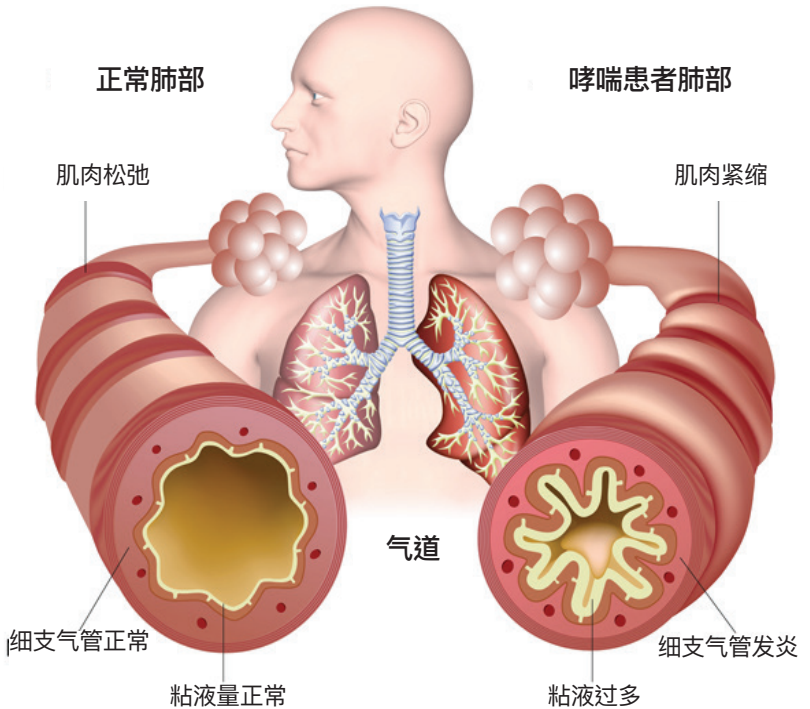
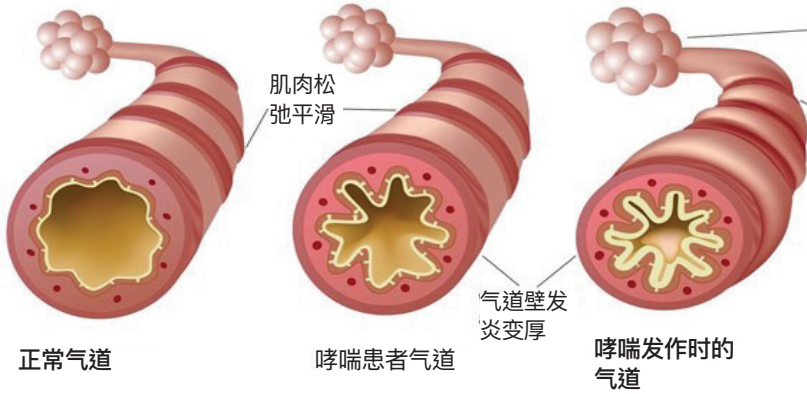


# 哮喘



# 什么是哮喘？

哮喘是一种气道发炎的慢性疾病，其症状有时会逐渐或突然恶化，被称为“哮喘发作”。哮喘发作是气道对刺激物的反应。这时，气道发炎和肿胀加剧，使肌肉紧缩，导致患者喘息（呼气时发出哮鸣声）、持续咳嗽、胸闷和呼吸急促。这些症状在清晨或夜晚尤为严重。



## 引起哮喘发作的常见因素

- 灰尘、雾霾和香烟烟雾
- 普通感冒
- 化学气味，如油漆味和香水味
- 某些药物，如非类固醇抗炎药 (NSAID) 和止痛药等
- 动物毛发皮屑，如猫狗的毛和皮肤
- 运动 (特定哮喘患者)

## 症状

- 干咳或湿咳
- 喘息，伴有胸闷
- 呼吸急促

\*症状在清晨或夜晚尤为严重。

## 哮喘管理

对大多数患者而言，治疗可有效控制哮喘发作。

## 哮喘管理

### 控制剂

- 即使情况良好，也要定期使用
- 有助于缓解气道发炎
- 控制症状
- 降低哮喘发作的风险

### 缓解剂

- 只在必要时使用 (每天吸不超过十剂)

## 正确使用喷雾吸入器

患者必须正确使用喷雾吸入器，让药物充分进入肺部。

使用喷雾吸入器的方法应由护士或医生评估，确保治疗哮喘的药物进入肺部。若没有正确使用喷雾吸入器，患者将无法有效控制哮喘发作。

\* 若使用喷雾吸入器的方法不能让药物充分进入肺部，则须借助储雾器 (spacer)。

## 喷雾吸入器的例子

### 控制剂



Symbicort

Seretide

### 缓解剂



Ventolin

## 哮喘发作后应注意事项

若你哮喘发作被送入院，你的症状 (如咳嗽) 会持续数天或数星期。这种情况很普遍。

- 出院后按时服完药物。
- 咳嗽可持续长达八周。
- 按指示服用药物，以控制哮喘发作。
- 避开引起哮喘发作的因素。
- 按时复诊，以检查哮喘控制情况和调整喷雾吸入器剂量。

## 与我们联系

若对你的病症、方案或药物有任何疑问，请联系

亚历山大医院的  
虚拟关怀中心

电话号码：

+65 8181 3288

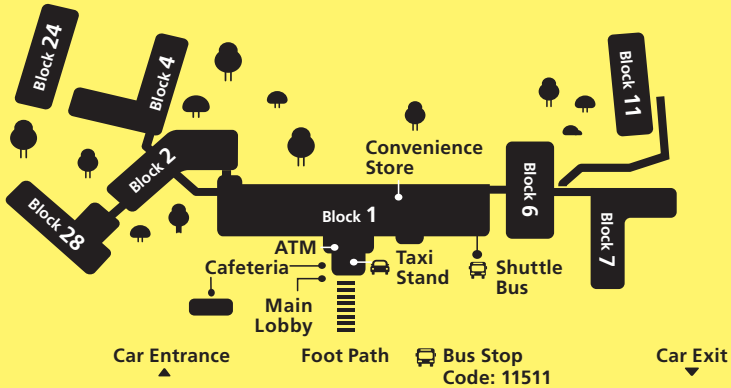
服务时间：

9am – 5.30pm

(星期一至星期五，公共假日除外)

这是由我们的护理团队提供的医疗求助热线。他们将根据你出院后的护理需要提供建议，让你获得相关的医疗服务。但若感到非常不适，请立即求医，如有需要，也请呼叫救护车。

## How to Get Around Alexandra Hospital



### Block 1

#### Level 1

- 诊所F, 临床检测中心
- 药房

#### Level 2

- 诊所J, 综合护理诊所
  - 妇科诊所
  - 门诊输液中心 (OPIC)
  - 足科
- 诊所 K, 乐龄健康诊所
  - 营养科
  - 外科诊所
  - 慈怀护理诊所
  - 物理治疗
  - 整形外科
  - 复健与康复医学诊所
  - 员工诊所
  - 泌尿科诊所
  - 血管外科诊所

#### Level 3

- 病房 7

### Block 2

#### Level 1

- 诊所 D, 牙科中心
- 诊所 E
  - 疼痛专科诊所
  - 手部和显微外科手术
  - 神经外科
  - 骨科中心

#### Level 3

- 日间手术室 (DSOT)

### Block 4

#### Level 1

- 日间手术中心
- 内窥镜中心
- 康复医学中心 1

#### Level 2

- 病房 2 和 3

#### Level 3

- 病房 4 和 5

### Block 6

#### Level 1

- 影像诊断 2 (DI 2)
- 24 小时紧急护理中心

#### Level 2

- 影像诊断 3 (DI 3)
- 手术室 1 和 2 (MOT 1 & 2)

#### Level 3

- 加护病房 1 (ICU 1)
- 手术室 3 和 4 (MOT 3 & 4)

### Block 7

#### Level 1

- 病房 8 和 9

#### Level 2

- 病房 10 和 11

#### Level 3

- 病房 12 和 13

### Block 11

#### Level 1

- 康复医学中心 2

### Block 28

#### Level 1

- 关怀与辅导
- 诊所A, 耳鼻喉外科中心 (ENT Centre)

#### Level 2

- 诊所 B, 眼外科中心

The information provided in this publication is meant purely for educational purposes and may not be used as a substitute for medical diagnosis or treatment. You should seek the advice of your doctor or a qualified healthcare provider before starting any treatment or if you have any questions related to your health, physical fitness or medical conditions. Information is accurate at time of printing (February 2022) and subject to revision without prior notice.

© 2022, Alexandra Hospital. All rights reserved. No part of this publication may be reproduced without permission in writing from Alexandra Hospital.

Alexandra Hospital | 378 Alexandra Road, Singapore 159964

Main Line: +65 6472 2000 | Fax: +65 6379 4339 | [www.ah.com.sg](http://www.ah.com.sg) | [f](#) [@](#) AlexandraHospitalSG