

# 咳嗽

「咳嗽」是徵狀而不是疾病。咳嗽是氣管因受到刺激而作出的自我保護反射功能，藉以排出異物、痰涎和病毒等刺激物，故治療咳嗽的重點不是服用止咳藥去制止咳嗽，而是尋找病因對症下藥，才能解決問題。

## 常見引致咳嗽的原因

- 上呼吸道感染
- 引致鼻水倒流
- 鼻竇炎
- 支氣管炎
- 肺炎
- 哮喘
- 敏感咳
- 胃液倒流
- 嗆入異物
- 習慣性咳嗽



## 需要到急症室嗎？

如遇下列任何一項情況，應盡快帶孩子求診，緊記帶同曾服用藥物的資料及病歷：

- 呼吸困難
- 懷疑吸入異物或玩具
- 昏睡、行為變異
- 發高燒、甚至出現高熱痙攣
- 面色蒼白或呈紫藍色

## 如情況不嚴重，可在家居護理

一般咳嗽只需家居護理：

- 1 多休息，停做劇烈運動。
- 2 保持室內空氣流通、溫度適中。
- 3 給予孩子足夠飲料（每天約6至8杯飲料），但一次過不要過量。
- 4 選擇容易消化和不肥膩的食物，進食時最好要少食多餐。
- 5 未有醫生處方和指示前，切忌自行使用傷風咳嗽藥和抗生素。
- 6 三個月以下嬰兒或患免疫系統失調者，必須盡早求診。
- 7 應持續觀察孩子整體情況，遇下列情況盡早求診：
  - 情況不斷惡化
  - 呼吸困難、喘鳴、聲音沙啞
  - 嚴重嘔吐、拒食、流口水、並有脫水現象
  - 持續發燒（體溫 $38.5^{\circ}\text{C}$  ( $101^{\circ}\text{F}$ ) 或以上)
  - 吐出黃色濃痰、咳嗽帶血
  - 咳嗽情況嚴重並影響日常生活或睡眠



## 醫生會怎樣處理？

- ✓ 醫生會根據病歷和身體檢查作診斷。
- ✓ 如情況需要，醫生會安排檢驗去協助找出病因，而常用的檢驗包括胸部X光，鼻液檢查、細菌培植和驗血等。
- ✓ 治療咳嗽的方案取決於成因和嚴重性。
- ✓ 大部分咳嗽是由病毒引起，一般會自然痊癒，不需特別治療或服用抗生素。
- ✓ 如懷疑咳嗽是因細菌感染引起，醫生則可能會處方抗生素。
- ✓ 如感染嚴重流感，醫生可能會處方抗流感病毒藥物。
- ✓ 如因敏感或哮喘引起咳嗽和喘鳴，則需及早用氣管舒張藥物及遠離致敏原。
- ✓ 如情況嚴重，醫生可能會建議入院作進一步檢查(例如支氣管內窺鏡檢查)及治療。



## 常見的謬誤

- X** 許多人誤會孩子有咳嗽便需服止咳藥止咳，其實不當使用止咳藥物，可能會影響孩子呼吸及產生其他副作用，令情況變得更加嚴重。
- X** 有些家長會選擇自行從坊間購買傷風咳嗽藥物或合成藥物供孩子服用，其實這樣做是危險的，藥物未必適合孩子的情況，也可能會引起副作用。
- X** 很多人誤會抗生素可減輕或縮短病情，其實抗生素並不適用於治療由病毒或敏感引起的咳嗽。

### 小錦囊

- ✓ 注意家居環境，清除敏感原，並避免讓孩子觸及細小的物件而引致異物嗆入氣道。治療咳嗽的重點是尋找病源，對症下藥及避免誘因(而不是服止咳藥)，才能把問題根治。
- ✓ 六歲以下兒童不适宜服用成藥或非醫生處方的藥物。
- ✓ 良好的衛生習慣可預防感染，勤潔手，特別在觸摸口、鼻或眼之前，或觸摸扶手或門把等公共設施後，如出現呼吸道感染病徵，應佩戴口罩。
- ✓ 抗生素必須經由醫生處方，並按指示服完整個療程，上呼吸道感染的療程通常約需5至10日。