

# 温差大灰霾重都容易引发干咳

## 近期门诊量大增,应及时干预

□记者 童程红 通讯员 邬建红 庞赟

没有感冒发烧,却咳嗽不止。近来,在市区一些医院的呼吸科门诊,干咳的患者占了三分之一。医生说,这与气温变化大、空气污染都有一定的关系,有的患者每年秋季都会复发,因此也叫秋季干咳。干咳如果得不到及时有效干预,就容易转变为慢性咳嗽,导致肺功能受损。

### 呼吸科门诊1/3是干咳患者

在市第九医院,近半个月,呼吸科门诊中来看干咳的市民超过了1/3。该科副主任医师翁磊说,干咳是指普通健康人群受到外界环境刺激,气道表现出来的过敏状态或炎症状态,没有痰,患者本人大多没有哮喘、支气管炎等基础疾病,近期也没有发生感冒发烧等上呼吸道感染的情况。因此,在临床上,干咳本身就是一种病。

在宁大附院,秋季干咳的患者也有明显上升。呼吸科主任医师邓在春说,现在,10个患者里面就有三四个是来看干咳的。有的患者已经拖了两三周甚至更久,有的患者也尝试过偏方、食疗,但都不见效。

### 温差和灰霾是干咳的两大诱因

温差和灰霾是干咳的两大诱因。秋冬季节,气温下降,昼夜温差加大,空气中可吸入颗粒物较多,因此,干咳的发病率也随之上升。在门诊中,记者发现,干咳的患者多是中青年,特别是青年男性和中年女性。医生分析,一些青年男性自恃年轻,不注意保暖,一些中年女性则在空气污染的情况下,仍坚持广场舞等户外活动,这就让人体的气道暴露在不利的环境中,引起了干咳。

饮食不慎也可以引起干咳。昨天,在宁大附院,记者遇到前来看咳嗽的陆小姐。她说,自己两周前吃凤梨时被果汁呛到了,当时就一阵猛咳。之后,喉咙里仍感觉不舒服,时不时要咳嗽,但只是干咳,并没有痰,也没有头疼发热的症状。“咳了半个月,真怕自己咳出肺炎。”陆小姐说。接诊的医生表示,异物刺激,确实能引发持续干咳,但由此发展为肺炎,在临床上还是极少见的。

### 治疗干咳,坚持用药是关键

邓在春介绍,咳嗽总体来说可分为三类,分别是急性咳嗽、亚急性咳嗽和慢性咳嗽。其中时间不超过3周的称为急性咳嗽,时间在3到8周的称为亚急性咳嗽。时间超过8周的就是慢性咳嗽了。久咳不愈无疑非常恼人,慢性咳嗽不仅影响工作和生活,也会损害肺功能,为其他更严重的呼吸系统疾病埋下祸根。

干咳起初多归于急性咳嗽,如果不采取有效的对症干预,就容易转为亚急性咳嗽和慢性咳嗽。这两种咳嗽,治疗起来相对棘手,疗程相对也更长。

翁磊说,治疗干咳,需要用到抗过敏的药物,同时还要吸入微量的激素,少数患者一周能见效,但多数患者得治疗两三周才有所好转。一些患者一听激素就打退堂鼓了,还有一些患者一看病情有所好转,就停止了治疗,这就导致了咳嗽反反复复,久治不愈。

有专家说,看干咳这种病,到街道社区卫生服务中心找全科医生就可以了,不一定非到大医院。

### 相关提醒

### 秋冬季节,老年人要警惕慢阻肺加重或复发

近日,一项针对140名65岁以上老年人的肺功能检查显示,近三成老人患有慢阻肺。医护人员表示,这个病需要长期用药控制,和哮喘、支气管炎等呼吸系统疾病一样,慢阻肺在秋冬季节也容易加重和复发。

慢阻肺全称为慢性阻塞性肺炎,是一种常见于老年人的呼吸系统疾病。近日,宁大附院开展“关爱老年人健康,重视慢阻肺防治”公益活动,来自周边社区的140名老年人免费接受了胸片和肺功能检查。结果显示,38人患有慢阻肺,其中19人为中重度。

在38名慢阻肺患者中,23人为首次确诊,漏诊率高达60%。另外15名既往诊断为慢阻肺的患者中,只有6人坚持日常规范治疗,余下9人,治疗有一搭没一搭,随访也很少。

该院呼吸内科主任医师邓在春透露,活动中反映的情况只是冰山一角:“在平时的门诊中,慢阻肺漏诊和不规范治疗的情况屡见不鲜,有些患者初诊就已经是重度甚至极重度,错过了治疗的最佳时机。还有些患者在病情稍有好转后就停止了用药,结果导致病情反复,严重影响了生活质量。个别患者更因此导致肺部炎症‘扩散’到心、脑等重要脏器,引起肺心病和肺性脑病,危及到生命。”

在市九院呼吸科门诊,近期慢阻肺患者也有明显增多。该科副主任医师翁磊表示,在慢阻肺的多种致病因素中,吸烟排第一,其次是职业性粉尘和化学物质的吸入以及空气污染。因此,要防治慢阻肺,首要一条就是不吸烟,同时避免被动吸烟。但门诊中遇到的患者大部分都是烟枪,有的一天抽烟三四包,烟龄长达40年。个别重度患者甚至询问医生,用药后,可不可以继续抽烟?这让医生哭笑不得。

翁磊指出,慢阻肺早期基本没有症状,等到出现气短、气急、胸闷等现象,往往已经到了中晚期。他建议,超过40周岁、吸烟、有哮喘等相关病史或有职业接触史的人属于高危人群,最好做一次全面的肺功能检查,以早期发现慢阻肺,确诊后再由医生制定具体的随访和治疗方案。



### 武汉花博会“宁波园”开工

以展示宁波“海上丝绸之路”文化遗存的“宁波园”昨日在武汉开工。这是我市继在深圳、厦门、济南、重庆、北京举办的中国国际园林花卉博览会建造宁波园后,第六次在外地建造宁波园,宁波园将于明年5月完工,图为效果图。

记者 边城雨 通讯员 朱琼

## 万余考生周日参加国家公务员考试 宁波设4个考点

本报讯(记者 罗湘波 通讯员 沈超 田冬) 即日起,报名2015年国家公务员考试的考生,可以打印准考证了,打印准考证到29日12点前结束。2015年国家公务员考试具体笔试时间为11月30日,上午9点至11点考行政职业能力测验,14点至17点考申论。

记者从市人事考试办公室了解到,全省共有52058人完成缴费确认,较去年下降了16.4%。但选择宁波考点的考生有11665人,相比去年还是略有增长。2015年国考涉及宁波的岗位数共计115个,其中宁波“海关监管(一)”这个职位报名最热门,考录比例超过1000:1。

据悉,本次国考笔试宁波设立了4个考点,分别为:宁波技师学院、宁波大学科技学院、浙江万里学院、鄞州职教中心,共390个考场。

市人事考试办公室提醒考生,带好本人准考证和身份证进入考场,两证缺一就不得入场。如果没有身份证的考生可以拿临时身份证、护照、军官证或当地派出所或户籍中心出具的身份证明原件参加考试。

另外,目前浙江省人事考试已建立信用体系,考生如果发生相应违纪违规行为,违纪信息将在信用浙江网上公布,请考生诚信参考。

## 鄞州划分七个基础教育协作区

本报讯(记者 成良田 通讯员 麻万掌) 本月起,鄞州区正式开启基础教育“协作时代”。全区普高、初中、小学,划分为7个协作区,开展教研、教科、师训等方面的交流与合作,城乡、校际优势互补,均衡发展。

在协作区内,除了开展教师交流,发挥名师引领作用外,还将优化配置资源。将协作区内富余的桌椅、电脑、图书、实验药品等,有计划地援助给短缺的学校。

协作发展让许多边远农村学校与中心城区的优质名校绑定,共同协作发展。按协作区划分,边远的章水镇、龙观乡、鄞江镇、洞桥这次与中心城区的石碶街道共组第六协作区。目前,市骨干教师戴振镛、区名师鲁瑞勇等8位名师与22名协作区内的年轻教师“师徒结对”。

此外,该协作区还开展了大量高规格协作活动,不仅有国家督学成尚荣的教学讲座、中央教科所专家组卢彩晨博士等现场指导课改,还有第一协作区的华泰小学跨区送教活动。

农村点校大嵩小学有12个班级,12名语文教师,其中11名是教龄不满6年的年轻教师,在教研、教科上缺少领路人是他们共同的困扰。协作区启动后,咸祥镇、瞻岐镇、塘溪镇与地处中心城区的中河街道共组为第一协作区,中河街道的优质师资与教学经验,通过校际支教、示教、挂职、跟班进修、教研结对等活动共享。

“协作时代”优质教育资源实现共享最大化。据了解,在第二协作区内的邱隘镇渔金小学音乐教师周子超,此前只为这所完小的8个班小朋友上课,通过协作区运作,他可以到回龙小学、汇头小学这两所完小任课。而东吴镇中心小学国际结对姐妹学校——香港福建中学附属小学,将为协作区内的11所学校提供国际交流平台。