

## 肺部的隱形殺手 COPD

有咳、痰、悶、喘嗎？如果有，很有可能就是慢性阻塞性肺病（COPD）！由於 COPD 隨年齡增長而增加且症狀緩慢進行，中年之前察覺不易，所以高達八、九成早期患者未能被診斷，肺泡與支氣管結構一旦被破壞便無法恢復，因此 COPD 無法完全根治，COPD 更可能伴隨心血管疾病、骨質疏鬆等全身症狀，降低生活品質。所以 COPD 可謂是肺部的隱形殺手。

### \*什麼是 COPD？

- COPD，是一種呼吸道長期發炎導致無法恢復之呼吸道阻塞，使得氣體無法通暢地進出呼吸道的疾病，其中包括了有「慢性支氣管炎」與「肺氣腫」兩種類型。

- 空洞的菜瓜布肺：如果人類的正常肺部系統以濕潤、緻密、富有彈性的海綿來比喻，COPD 病人的肺部如同過度充氣、變成大而沒有彈性的空洞肺泡，就像菜瓜布一樣，因此，肺部氣體交換功能不良，病患往往出現喘的症狀。

- 根據 WHO 統計，全球每年有 310 萬人死於 COPD，死因排名全球第四，是最嚴重的慢性疾病之一；而在臺灣，COPD 更是十大死因的第七位，每 82 分鐘就有 1 人死於慢性下呼吸道疾病。40 歲以上成人中，平均每 6 人就有 1 人罹病，且隨著菸齡增高，風險越大。

- COPD 無法完全根治，卻可以有效的預防與控制，不吸菸與及早戒菸就是最好的策略，而及早發現、及早治療可以減緩症狀及惡化速度。

### \*造成 COPD 的主要原因？

- 「吸菸」及「二手菸」：是造成 COPD 的主因！吸菸會產生數百種有害物質，損害肺泡結構、造成支氣管發炎。約九成的 COPD 患者都是因吸菸或暴露在二手菸環境所造成的，但被診斷為 COPD 的患者中，卻仍有四成還在吸菸。

- 空氣汙染、化學物質及粉塵：空氣中的化學物質、工作環境中的粉塵等有毒氣體會傷害肺及支氣管，產生慢性發炎，使肺部黏性分泌物增加，造成慢性咳嗽，使痰不易排出。

- 感染及過敏：兒童時期嚴重呼吸道感染、長大後嚴重肺部感染，以及氣喘、過敏體質易導致慢性呼吸道受刺激。

- 老化：肺功能退化所致。

### \*COPD 有哪些病徵？

- 最明顯的病徵就是「咳、痰、悶、喘」。

- 在惡化期或併發感染時，痰量增加、咳出膿痰，甚至喘不過氣來。

- 呼吸較困難的情況也會逐漸加重，終至影響日常活動，連起身活動都喘。

### \*COPD 的難兄難弟？

- COPD 常因吸菸引起細支氣管與肺泡慢性炎症反應，導致呼吸道阻塞與肺泡破壞腫大，同時，慢性炎症反應也會釋放發炎介質至全身，產生全身器官的發炎而導致常見的共病，例如心血管疾病、骨質疏鬆、癌症、糖尿病、憂鬱症等等。COPD 最常與心臟血管疾病同時發生，所以治療 COPD 時，也要一併考量上述共病症的處置。

資料來源：華文戒菸網