

前言

俗話說：『醫生怕治嗽，土水師怕抓漏。』咳嗽是個常見的症狀，尤其在季節轉換的時期，容易感冒。要治療咳嗽，好像很容易，而實際上卻大有文章。

人為什麼會咳嗽呢？咳嗽是一種防衛功能，可將呼吸道的黏液或異物排出體外。『嗽』在閩南語發音與『掃』相同，咳嗽的動作好比呼吸道在作大掃除，把滲出液、滲透液、細菌、病毒或異物等各種不正常的東西，往外咳出。

古代醫書的記載

- 『咳』指的是聲音，不一定要有痰。
- 『嗽』表示痰液的嗽出，可有聲也可無聲。
- 『咳嗽』即是肺氣上逆作聲，並且咯吐痰液。
- 『乾咳』則由於肺氣不清，多屬燥邪、氣火。
- 『痰咳』乃係脾家有溼，多因痰溼內蘊。

由現代生理學來看，咳嗽有兩類刺激感受器：

機械性刺激的感受器

分佈於喉頭、氣管及支氣管的分叉部，受到直接的壓力、粘膜的變形或接觸到特殊物體，便會發生咳嗽的反應。

化學性刺激的感受器

分佈於肺臟的末梢部位。

由咳嗽的原因來看，可分為五大類：

- 1、炎症反應：常與感染症有關。
- 2、機械性刺激：可能來自吸入的異物或呼吸道本身的滲出物。
- 3、化學性刺激：通常為吸入刺激的氣體。
- 4、溫度刺激：吸入冷或熱的空氣。
- 5、心理因素。

在門診的過程，常會依下列情形來判斷疾病：

- 1、上呼吸道中那一部位最不舒服？
- 2、咳嗽是否有痰液？
- 3、痰液的性質如何？
- 4、咳嗽和季節、時間、姿勢的關係如何？
- 5、病人的年齡、職業及過去病史如何？

咳嗽是 否有痰液

乾咳：可能是下列情形

- 1、急性咽喉炎的初期
- 2、氣管炎及支氣管炎的初期
- 3、肺結核：病灶未軟化崩壞，也未出現浸潤性變化

- 4、肺腫瘤及縱膈腔腫瘤
- 5、主動脈瘤
- 6、肺纖維症
- 7、肺無氣及胸水
- 8、抽煙

濕性痰：

粘液性、漿液性或泡沫性的痰：

常見於支氣管哮喘、滲出性氣管炎、病毒性肺炎、放射性肺炎、肺水腫、肺塵埃沉著症，或肺黴菌感染。

黃色或綠色痰：

常表示化膿性細菌感染、肺結核，或是支氣管擴張症。

大量膿痰：

表示肺膿瘍、支氣管擴張症、空洞性肺結核，或者是伴有支氣管的膿胸。

伴有血痰：

可能表示上呼吸道感染、支氣管炎、肺癌、支氣管擴張症、肺鬱血、肺栓塞，或肺結核。

中醫辨證要點

(一) 區別外感與內傷

外感咳嗽

多為新病，起病急，病程短，常伴有肺衛表證，屬於邪實。

內傷咳嗽

久病或反覆發作，起病緩，身無表證，多見虛實夾雜，本虛標實。

(二) 鑒別症狀特點

1、瞭解咳嗽的時間、節律、性質、聲音以及加重的相關因素

- 咳而急劇、聲重，咳嗽時作，白天多於夜間，或咽癢作咳者，多為外感風寒或風熱。
- 咳聲嘶啞，凡病勢急而病程短者，為外感風寒或風熱、燥熱。
- 凡病勢緩而病程長者，為陰虛或氣虛。
- 咳聲粗濁者多為風熱或痰熱傷津所致。
- 咳聲低氣怯者屬虛，洪亮有力者屬實。
- 早晨咳嗽陣發加劇，咳嗽連聲重濁，痰出咳減者，多為痰濕或痰熱咳嗽。
 - 午後、黃昏咳嗽加重，或夜間咳嗽時有單聲咳嗽，咳嗽輕微者短促者，多為肺燥陰虛。
- 夜間咳嗽較劇，持續不已，少氣或伴氣喘者，為久虛致咳的虛寒證。
 - 飲食肥甘、生冷加重者多屬痰濕。
 - 情志鬱怒加重者因於氣火。
 - 勞累、受涼後加重者多為痰濕、虛寒。

2、注意痰的色、質、量、味

- 咳而少痰，多屬燥熱、氣火、陰虛。
- 痰多常屬濕痰、痰熱、虛寒。
- 痰白而稀薄的屬寒，痰白而稠厚易出者屬濕，痰黃而稠者屬熱。
- 痰白質粘者屬陰虛、燥熱，痰白清稀透明呈泡沫樣的屬虛、屬寒。
- 咯吐血痰多為肺熱或陰虛，有熱腥味或腥臭氣為痰熱。

西藥治療感冒，可能出現的副作用

一般用來治療感冒的西藥，通常在感冒期間短暫服用，劑量也不會太重。若未經醫師處方，自行到藥房買藥，甚至服用過久，則會增加副作用出現的機會。

抗組織胺：

若有鼻涕，常會用此類藥，可讓鼻子變舒服。但有可能引起頭昏、嗜睡、倦怠、口乾、痰液變稠。使用此藥，最好請假休息，不宜駕車或從事機械操作。

解熱鎮痛劑：

有發燒或頭痛的治療藥物，不可超量使用，否則易傷肝。然而在未超量的情況，少數患者仍會有胃痛、出汗過多的現象，所以常伴隨胃藥開立處方，並且應多喝開水。

抗生素：

感冒大多為病毒感染，不須抗生素。若有細菌感染的跡象，醫師會選擇適當的抗生素。可能的副作用為胃痛，所以常搭配胃藥使用。

支氣管擴張劑：

醫師聽診察覺有哮鳴聲，表示支氣管及細支氣管受痰液的部份阻塞而變狹窄，使用支氣管擴張劑，會讓呼吸變舒服。若劑量稍高，可能出現心悸、手抖的副作用。

中醫治療原則

治療應分清邪正虛實

(一) 外感咳嗽

屬於實證，治療原則為祛邪利肺，按病邪性質分風寒、風熱、風燥施治。
肺居高位用藥宜清揚，使藥力易達病所。
宜重視化痰順氣，肺氣宣，則咳嗽易癒。

(二) 內傷咳嗽

屬於邪實內虛的證型。
標實為主者，祛邪止咳，
本虛為主者，補肺養正（脾胃）。

結語

咳嗽病因繁多，引用西醫的診斷學及生理病理學，可讓思考方向更寬廣，必要時轉介西醫安排適當的檢查。

咳嗽要針對病因來治療。目前最常見的慢性咳嗽有支氣管性哮喘、鼻涕倒流和胃食道逆流。

咳嗽證型易於轉變，可由風熱證轉燥咳證、痰熱證或由虛證合併實證。中醫治療，明確掌握證型，可有較好療效。

人體咳嗽的目的是排除呼吸道的垃圾，若痰稀少，咳的力道小，每次咳的動作只是白費力氣，對此種無效性的咳嗽，才可施以止咳。

對咳嗽的治療，中藥的副作用相對是較輕微的。

補氣和養陰的治法是中醫治療的特點。