

氣喘是最常見的兒童慢性病，也是造成缺課的常見原因。多達 10-15%的男孩及 7-10%的女孩曾在兒童時期罹患氣喘。根據台大醫院謝貴雄教授對台北市學童所作的調查，氣喘罹病率 1974 年為 1.3%，1985 年為 5.08%，1991 年為 5.80%，1994 年為 8.0%，二十年間增加六倍以上。不僅患兒人數增加，疾病的嚴重度和死亡率也有增加的趨勢。氣喘可發生在任何年齡，30%的病人在一歲前即有症狀，80-90%的病人在 4-5 歲前發病。從遺傳因素來看，父母親之一有氣喘，其子女約有四分之一的機會發生氣喘；而父母兩者皆有氣喘，其子女約有二分之一的機會發生氣喘。兒童氣喘的預後不錯，根據長期研究顯示約有 50%的氣喘病童在十到二十年內可達到完全沒有症狀，雖然成年後會有復發的情況。在兩歲到青春期間發病，患有輕度氣喘的兒童，百分之五十會緩解，僅 5%進行到嚴重氣喘。反之，患嚴重氣喘，需長期使用類固醇且常常住院者，95%長大後患有氣喘。

氣喘的定義和致病機轉 氣喘的本質是呼吸道慢性發炎，是遺傳體質加上外在環境的刺激而引致的疾病。氣喘的發炎反應包括一些發炎細胞浸潤導致血管通透性增加、上皮細胞脫落、黏液分泌增加、呼吸道肌肉收縮引起呼吸道狹窄，空氣進出發生困難而產生症狀。

氣喘的臨床診斷 氣喘病人常有間歇性的呼吸困難、喘鳴、胸悶、以及咳嗽，尤其是在夜晚或凌晨時發作。氣喘的臨床特徵為：(1) 症狀可自然緩解，(2) 可由支氣管擴張劑和抗發炎治療來緩解、(3) 會隨季節變換的症狀、(4) 有氣喘和異位性體質的家族史。除此之外，有下列情況時，也需考慮為氣喘：1.曾有喘鳴或反覆出現喘鳴。2.曾有明顯之夜間咳嗽。3.曾經在運動後，出現咳嗽或喘鳴。4.當吸入汙染空氣或菸煙會有咳嗽、胸悶或喘鳴。5.一有感冒即感胸悶。6.每當接觸有毛動物（如貓、狗）或花粉即感胸悶或喘鳴。7.服用阿斯匹林或乙型交感神經阻斷劑即感胸悶或喘鳴。8.服用或吸入支氣管擴張劑，胸悶或喘鳴會迅速改善。

兩歲以下的幼兒因為呼吸道結構因素和容易感染呼吸道病毒，常會產生下呼吸道阻塞，類似氣喘發作的症狀，要確定氣喘的診斷較為困難。不過，兩歲以前有三次以上的細支氣管炎，反覆喘鳴發作，有異位性體質（如異位性皮膚炎），加上過敏的家族史，日後患有氣喘的機會很高。

兒童氣喘的治療 根據氣喘的嚴重程度和尖峰呼氣流速值，可將氣喘細分為輕度間歇性、輕度持續性、中度持續性和重度持續性四級。每一級都有不同的治療計畫。用於治療氣喘的藥物可分為兩類：一是控制藥物，可降低支氣管黏膜炎症反應的藥物，包括類固醇（有口服型和吸入型如：Beclomethasone, Budesonide, 和 Fluticasone）、咽達永樂（Intal）、Nedocromil，和新的白三烯受體拮抗劑（如 Zafirlukast 和 Montelukast）。另一類是緩解藥物，包括乙二型交感神經興奮劑、抗乙醯膽鹼（Ipratropium）和茶鹼製劑，有吸入型和口服製劑，也有長短效製劑之分。目前的治療趨勢是嚴重程度超過輕度間歇性氣喘的病人，應儘早使用吸入性抗發炎藥物來治療。五歲以下的幼童患有輕度持續性氣喘時可先考慮使用 cromolyn 或 nedocromil，如無改善則改用吸入性類固醇來治療。而五歲以上的兒童則先使用吸入性類固醇，如控制情況不佳，先考慮病人的順從性不好，或是沒有做好環境控制。如排除以上因素，先作升階治療，待氣喘病情達良好控制，且持續三個月以上，可循序降階減少治療藥物。因為使用吸入性藥物的技巧較困難，五歲以下的兒童需要吸藥輔助艙（spacers）增加藥物的吸收。很多家長患有類固醇恐懼症，不敢使用醫師處方的吸入性類固醇，使孩子的氣喘無法好好控制。事實上，目前在門診較常處方的吸入性類固醇直接作用在呼吸道，其中 fluticasone 幾乎不被消化道吸收，而 beclomethasone 吸收後在肝臟迅速被代謝，在建議劑量內使用這類藥物，是相當安全的。此外，氣喘急性發作時，大孩子在間隔二十分鐘使用三次短效乙二型交感神經興奮劑不見改善，或幼兒有嚴重呼吸喘促情況，應儘速送醫治療。除了藥物外，免疫療法（immunotherapy），又稱減敏療法，是另一

種治療選擇。一般來說，下列情形可以考慮減敏療法：1)過敏原無法避免，尤其是吸入性過敏原，如塵瞞和花粉等，2)雖然努力控制環境，也使用了適當的藥物，仍無法改善症狀。減敏療法的適應症有過敏性鼻炎、氣喘和有翅動物過敏。目前本院進行的免疫療法主要是針對塵瞞過敏的患者。氣喘的治療除了藥物外，還需要注意避免過敏原和環境控制。常見的過敏原有塵瞞、黴菌和蟑螂等。使用防瞞寢具、盡量不用地毯，保持居家環境清潔避免蟑螂繁殖，不要讓孩子暴露於二手煙.....等，是環境控制需注意的。飲食方面，盡量少吃冰冷的食物，西瓜和柑橘也要少吃。中藥方面，可請合格中醫師辨証論治後處以適當藥物，不要聽信偏方貿然給孩子吃所謂的補藥。