



相信所有人都曾經歷咳嗽，傷風會咳嗽，吸入刺鼻氣體也會咳嗽，晚上會咳嗽，開心大笑也會咳嗽。但如果長期咳嗽，或咳嗽無法止息，甚至咳到喘鳴，都要查找原因，方能對症治療。

撰文：陳旭英 設計：楊存孝



▲譚文蔚醫生說，引致長期咳嗽常見原因，包括哮喘、鼻水倒流及胃酸倒流。

喘?



如咳嗽持續三星期以上，就需要求醫，徹底查原因。

前傷風，咳了三星期，有喉痛，有見醫生有服藥，只是沒有依足事情發生等。

鄭先生說：「我不吸煙，之

接見的家庭醫學專科醫生詢問咳嗽細節，包括有沒有吸煙習慣、在甚麼情況下咳、每次咳嗽持續多久、咳嗽前後有沒有特別事情發生等。

轉，但就一直無改善。

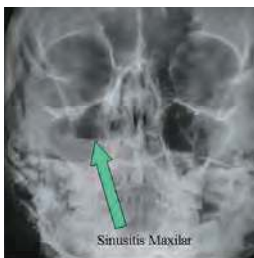
指示飲止咳藥水。現時我傷風痊癒了，亦沒有喉痛，但咳嗽一直不斷尾，晚上咳至無法入睡，咳嗽時感到有鼻液倒流。

呀，我白天在公司開會時特別容易咳，是那種突然咳，一咳都咳不停，好辛苦，我飲暖水後會稍為紓緩……」

家庭醫生在臨牀檢查後，確

認鄭先生上呼吸道感染已痊癒，他仍然持續咳嗽，從病徵來說相信是氣管敏感及有輕微哮喘，處方了口服擴張氣管藥及收鼻水藥。然而，鄭先生兩星期後覆診，說情況仍未改善……

何小姐同樣因久咳未癒



▲慢性鼻竇炎患者會有鼻水倒流，引致長期咳嗽。

鼻敏感患者，亦會因鼻水倒流而咳嗽。



而求診，有吸煙習慣的她說已經咳了一個月。「醫生，我傷風過後一直咳嗽不停，我已經減少吸煙，但情況一直未好……」

醫生在詳細了解咳嗽細節後，安排她照肺X光，結果發現她肺部花白，之後安排取痰液樣本化驗。

像鄭先生和何小姐這類久咳未癒病人，在醫院門診或基層醫療屬常見情況。有甚麼病症可以引致持續咳嗽？

逾八星期屬長期咳嗽

養和醫院家庭醫學專科譚文蔚醫生說，根據二〇〇六年美國

長期咳嗽 是嘔

胸肺醫師學會為咳嗽訂下的定義，少於三星期的咳嗽屬急性咳嗽，持續三至八星期的屬亞急性咳嗽，超過八星期的屬長期咳嗽。

「急性咳嗽通常由傷風感冒（上呼吸道感染）引致，感染肺炎而咳嗽亦屬這類；亞急性與長期咳嗽，常見由以下三種原因引起，包括鼻液倒流、胃酸倒流、哮喘。」譚醫生說。

由鼻液倒流，即鼻敏感或鼻竇炎引致的長期咳嗽，稱為上呼

▶在冷氣開放的辦公室工作，有機會因冷氣刺激氣管而咳嗽。



吸道咳嗽症候群（upper airway cough syndrome）：哮喘則由接觸致敏原而誘發。哮喘或氣管敏感都可由胃酸倒流引起。

咳嗽是常見病徵，在一般醫院門診，超過一半求診者都有咳嗽病徵，當中大多是上呼吸道感染，亦有很多病人咳嗽超過三星期而求診。

譚醫生說，如有病人因咳嗽來求診，首先會檢查病人是否有上呼吸道感染病徵，或肺部有其他徵狀，例如肺炎或其他問題，

幫助緝兇。

「如求診者只有咳嗽徵狀，就要從咳嗽狀況釐清可能性，以哮喘為例，哮喘咳有其特徵，當接觸刺激物便開始咳，例如吸入冷空氣，有病人指在公司開會時咳、飲用凍飲後咳、吸入香煙、在大塵環境中、附近有人噴灑香水等引發咳嗽，而咳嗽帶喘鳴聲；輕微哮喘病人，病徵可以只是咳而沒有喘鳴。到底是哪一個原因，需要細心審視、分析。」譚醫生說。



哮喘病人晚上咳嗽較多，如有這情況，就有很大機會是哮喘；而哮喘有很多誘發原因，有些人做運動會令哮喘發作而咳，故醫生在追查時，需要了解求診者的生活習慣，及病發時的細節，從而找出原因，才能對症下藥。

咳嗽是保護機制

譚醫生說，如咳嗽求診者有上呼吸道感染，通常由病毒感冒，會自行痊癒。「傷風引起的咳嗽很少超過三星期，如超過三星期就要追查是否有其他原因，例如感染特別細菌，例如百日咳（留鼻液樣本作化驗）、肺癌

（照X光）、是否吸煙（可引起慢阻肺病致長期咳嗽）。當這些原因都被否定，就要追查是否與鼻液倒流、胃酸倒流及哮喘有關。」

根據譚醫生的經驗，很多時長期咳嗽由鼻液倒流及哮喘機會較大，但有時是多於一項原因甚至三個原因。

他解釋：「當病人有鼻敏感或鼻竇炎，鼻腔內發炎致有分泌物，當鼻液倒流會刺激喉嚨引致咳嗽；但有時一些隱性鼻液倒流，只是間中有鼻液但不明顯，患者可能會感到喉嚨有痰想咳出來，但患者可能不知道自己有鼻液倒流問題。」

認識百日咳

百日咳又名「雞咳」，是引致長期咳嗽原因之一，患者初時可能沒有特別病徵，只會流鼻水、打噴嚏、輕微發燒和咳嗽。但咳嗽會日益嚴重，妨礙病人飲食和呼吸。細菌會令肺部受感染，嚴重者可導致抽搐及昏迷不醒。

雖然有預防疫苗，但本港每年仍然有數十宗個案，去年就有六十九宗。譚文蔚醫生說，百日咳典型病徵是一咳便很嚴重，咳完像無法呼吸一樣，與哮喘引發帶喘鳴的咳嗽不一樣。

他說，由於百日咳是由百日咳博德氏桿菌所引致，而病人一般上呼吸道感染亦可以由細菌引起，故醫生可能會處方抗生素，病人服用後會稍為舒緩，削弱其典型病徵，因而影響其後醫生的診斷。

▶鼻竇炎很多時由細菌感染引致，醫生會視乎情況而處方抗生素治療。

◀鼻敏感患者可以鹽水沖洗鼻腔，減少鼻液倒流。



咳嗽是人體自我保護的正常反應，但喉嚨感到有異物，受刺激時透過咳嗽將其排出，所以當有鼻液、分泌物等，都會產生自然反應咳嗽，將其咳出。

而有鼻敏感或慢性鼻竇炎，晚上睡覺時平躺特別容易有鼻液倒流，故患者大多在晚上咳嗽。

如醫生確定患者咳嗽由鼻竇炎引起，會處方舒緩藥物，例如洗鼻。很多鼻竇炎病人都是由細菌感染引致，故會處方口服抗生素，一般在一星期後會有明顯好轉。

肺X光、痰液化驗

有些人鼻腔有結構問題引致阻塞，鼻竇炎會經常復發，就需要針對源頭治療。「鼻腔內如有息肉，或本身結構較窄，都會引致鼻竇炎經常復發，這類需要轉介耳鼻喉專科醫生檢查清楚，確認後或要進行外科手術將通道擴闊，或切除息肉。」譚醫生說。

肺結核病亦是引發長期咳嗽原因之一，目前本港每年仍然有約有四千至五千宗案例。譚醫生說，肺癆典型病徵是咳嗽、消瘦、低燒、晚上冒汗等。但病人往往未必察覺上述病徵，很多時

◀在空氣污染嚴重日子外出活動，氣管敏感或哮喘患者容易受刺激而咳嗽。



都是因為長期咳嗽求診，經檢查後發現病情。

「病人初期咳嗽求診，醫生不會建議照肺X光；當久咳不癒求診，醫生就會建議照肺，但在這期間，病人咳嗽時可能已經將肺結核桿菌傳染給其他人。」

所以，譚醫生建議如持續咳嗽超過三星期，一定要見醫生檢查清楚，如未能找到確實原因，就需要照肺X光。如患者發燒、痰液呈黃綠色，聽肺時聽到有感染迹像就建議留痰液樣本進行化驗。

如確認為肺結核病，病人需要接受最少六個月口服藥物療程。

因咳嗽而求醫病人，基層醫療醫生會從病徵推斷是甚麼病症，然後進行相關檢查，包



▶有需要時會轉介耳鼻喉科醫生，做內窺鏡檢查鼻腔。

◀哮喘會引致咳嗽不停及有喘鳴，患者應遵循醫生吩咐用藥控制。



長期咳嗽最擔心是肺癌，有需要時會安排照肺X光。



括用簡單儀器檢查鼻腔前端是否有瘰肉、鼻甲腫脹、有沒有濃稠鼻涕等，有時可以見到鼻涕倒流情況；如懷疑問題根源在較深入位置，例如在鼻竇內，亦可以安排照X光。

如仍未能找出病源，就需要由耳鼻喉專科醫生跟進，進行內窺鏡檢查，或電腦掃描等。

而長期咳嗽，最擔心是肺癌。如醫生有懷疑會安排照X光，「如果病人因肺癌引致咳嗽，癌細胞已經侵蝕氣管，這時照肺通常會有發現。」譚醫生說。

謎底揭開 胃酸倒流

鄭先生久咳超過兩個月，譚醫生診斷後認為是氣管敏感及有輕微哮喘，處方了口服擴張氣管藥及收鼻水藥，然後兩星期後覆診未有改善，譚醫生再處方吸入擴張氣管藥及吸入式類固醇，

惟再過兩星期仍無好轉。

「治療都已針對鼻液倒流及哮喘，但仍然沒改善，我再查問他有没有胃酸倒流情況，他說沒有但就說最近肥胖了。肥胖容易引起胃酸倒流，但鄭先生沒有晚上火燒心或喉嚨灼熱這類明顯病徵，因而沒有察覺。最後我處方了兩星期抑壓胃酸藥，配合之前的擴張氣管藥及控制鼻水倒流藥物，病人咳嗽情況已改善。像鄭先生這類混合性原因引致咳嗽，屬常見。」譚醫生說。

另一位久咳病人何小姐，最終在痰液化驗中確認感染肺結核桿菌而患肺癆，需要即時開始六個月口服療程。由於這類屬開放性肺癆，故與何小時有緊密接觸的家人及同事，都需要照肺部X光，如被傳染，亦需要接受六個月治療。幸好經過照肺後，最後確定沒有身邊人受感染。■