

哮喘与吸烟

哮喘是什么?¹

哮喘是一种影响肺部的疾病。肺气管肿胀导致呼吸困难。

哮喘的诱因¹

触发诱因是令哮喘恶化而引起发作的条件。下面是一些常见的诱因：

- 吸烟
- 空气污染
- 灰尘
- 蟑螂
- 宠物毛发
- 霉
- 花粉
- 体力活动
- 感冒和流感
- 阿斯匹林之类的药物
- 压力



哮喘发作的症状¹

- 咳嗽～晚上和晨早特别严重
- 哮喘鸣～呼吸时发出吹哨子似的声音
- 胸口发紧
- 呼吸短促

哮喘的护理¹

和你的医生谈谈有关：

- 哮喘药物
- 哮喘的触发因素以及如何回避它们
- 戒烟

为何要戒烟²

哮喘无法痊愈，但是戒烟能够增强你的肺功能。你会较少出现下列的症状：

- 气管肿胀
- 呼吸短促和咳嗽
- 因为哮喘发作而住院

致电 ASQ《华语戒烟专线》
获取免费戒烟帮助！
1-800-838-8917

1. NIH. Asthma. (2014). Retrieved 8/2/18 from: <https://www.nhlbi.nih.gov/health-topics/asthma>
2. Broekema, et al. (2009). Airway Epithelial Changes in Smokers but Not in Ex-Smokers with Asthma. Am J Respir Crit Care Med. Vol. 180, No. 12 (2009), pp. 1170-1178