

呼吸困難

呼吸困難是指任何個人覺得異常呼吸不舒服之情形。其主要的原因是由於呼吸系統(包括呼吸道疾病、肺部本身、肺部血管的疾病，或者肋膜疾病)以及心臟方面的疾病(如心臟衰竭、心肌梗塞)。但是其他也有許多原因會造成呼吸困難，如控制呼吸的感覺和活動的腦部的問題，或者是控制呼吸的肌肉或神經的問題，或者胸廓的問題或者心理壓力、貧血、酸中毒等等。也因此，醫生對呼吸困難常需要為更進一步的詢問病史，才能做更精確的鑑別診斷。

若你有呼吸困難的問題時，請依下列陳述紀錄下你的症狀，如此可幫助醫生正確且迅速的找出你的問題所在：

1.是急性或者是慢性的呼吸困難：

如果有急性、厲害，難以忍受的呼吸困難，則千萬不能忽視它，要趕快找醫生。因為有些疾病會威脅到生命，如急性心肌梗塞、急性肺水腫、嚴重的肺炎、嚴重的敗血病，或者氣喘病、慢性支氣管阻塞肺病的急性發作。

2.描述呼吸困難的性質：

(1)胸部緊、悶的感覺可能是由於氣喘病或者心絞痛造成。心絞痛的痛可能傳到左肩或下巴，也可能會有合併冒冷汗之現象。(2)覺得需要用力才喘得起來(呼吸道阻塞或者神經肌肉疾病或者肺部或胸壁彈性變差的問題)(3)當躺下或者坐著時會比較容易呼吸困難；前者較像是心臟或者肺部之問題。

3.將呼吸困難的程度量化：

紀錄散步走多久？樓梯爬幾層樓會導致呼吸困難？這可用來評估其嚴重度。

4.找出暴露史：

如最近有無感冒(因為病毒感染後有時會併發肺炎或者是導致氣喘病或COPD的惡化)、慢性粉塵暴露(可能引起塵肺病)、吸煙(有得到慢性肺阻塞肺病、肺癌的危險)

5.紀錄在哪些狀況下，呼吸困難的狀況會加重或緩解：

如心臟衰竭在水喝多時會惡化，心或肺的問題通常在休息時會較緩解。

7.記錄伴隨的症狀，若有下列狀況時須小心：

(1) 突然的劇痛：有可能是因為發生氣胸、肺栓塞，主動脈剝離，急性心肌梗塞(2)發燒，黃痰(可能是感染)(3)體重減輕，咳血：可能是腫瘤或結核造成。

在問完病史後，通常須進一部檢查，包括胸部 X 光、動脈血、常規血液、心電圖、肺功能等檢查。有問題時甚至可能進一步需要安排胸部電腦斷層或心臟超音波等檢查。

在了解呼吸困難的原因後才能根據原因加以治療。常見的如呼吸道疾病如氣喘和慢性肺阻塞肺病需使用支氣管擴張劑或類固醇來治療，肺炎則需使用抗生素治療；肺癌則需因病情不同而選擇用開刀、化療、標靶治療、放射線治療等多種不同方式來治療；氣胸需使用氧氣幫助癒合，甚至要放置胸管引留；肺栓塞須長期使用抗凝血劑治療；肋膜積水可能是由於細菌或結核感染或是由於癌症或心臟衰竭造成，須因不同原因給予治療。心臟衰竭或心血管的問題則需找心臟科醫師。