
防雾霾治哮喘，学一套组合拳

雾深深霾蒙蒙天也无尽地无穷。进入冬季，伴随雾霾一同弥漫的，是大伙儿对哮喘的那份担忧。你知道吗，江湖上流传着一套专攻雾霾与哮喘的默家组合拳，请听中国医师协会变态反应分会副会长、儿科“大拿”洪建国教授来支招。

PM2.5、雾霾与哮喘关系很密切。PM2.5 极易运输和沉积到细支气管和肺泡表面，难以自然排出体外，会对气道产生长期持续的伤害。此外，空气中的烟尘、二氧化硫等不但对人的呼吸道有刺激作用，还可以直接损伤气道，引起气管和支气管的反射性痉挛，黏膜分泌过多的黏液，从而导致哮喘发作。

对手如此强悍，究竟该如何过招？

第 1 招：护口鼻

雾霾天尽量减少不必要的外出，必须出门的时候，要佩戴合适的口罩掩住口鼻。

雾霾来袭，从“捂”做起

雾霾天危机重重

冬季雾霾高发期，只要连续**3**天雾霾天哮喘等呼吸道病人就会猛增三四成^②



雾霾为何会引起哮喘？



雾霾天气时空气中漂浮着大量粉尘，烟尘，尘螨等颗粒物



雾霾天水汽含量非常高空气的流动性非常差



可吸入微颗粒（如PM2.5）

直接进入下呼吸道，影响患者呼吸道出现咳嗽、闷气、呼吸不畅等哮喘症状

对抗雾霾，“捂”起来

记得戴口罩、戴口罩、戴口罩^③
重要的事情说三遍



第 2 招：净化室内空气

家里也有很多“潜伏”，所以，改善室内空气的质量同样很重要！有一点要格外强调，千万不要让哮喘宝宝吸二手烟。

放大招：默家组合拳

制服强敌，还得高手出马。名震江湖的默家组合拳专克雾霾天哮喘发作。秘籍的精髓如是：除了随身备舒张支气管的急性发作时缓解药物，哮喘患儿还应当遵医嘱服用抗炎类药物，比如非激素类白三烯受体拮抗剂。

洪伯伯“温暖牌”贴士得谨记

注：《专家诊治支气管哮喘》P163

坚持用药，健康加倍

- 抗炎药物→白三烯受体拮抗剂可用于哮喘长期控制治疗
- 支气管舒张剂可用于哮喘急性发作

洪建国
上海市第一人民医院
儿内科教授 主任医师

你知道吗？

有实验表明，预防性服用孟鲁司特能够有效地保护二氧化硫所致的肺功能下降（注有实验表明，预防性服用孟鲁司特能够有效地保护二氧化硫所致的肺功能下降（注 3）。不仅如此，孟鲁司特还可以有效改善 PM2.5 导致的肺功能下降。

再来看看洪建国教授的指教：哮喘是个慢性疾病，疗程很重要，切忌平时不用药，到了病急再乱投医。

前瞻性声明

默沙东公司总部位于美国新泽西州肯尼沃斯市，（下称“公司”）。本新闻稿含根据《1995 年美国私人证券诉讼改革法案》之安全条款而做出的“前瞻性声明”。本文内容基于公司管理层当前的看法和预期，并且受制于可能出现的重大风险和不确定因素。如果相关假设与现实有所出入、出现风险，或发生不确定情况，实际结果可与前瞻性声明中的预期有实质上的差异。

风险和不确定因素包括但不限于一般行业状况与业内竞争、一般经济因素（包括利率与汇率浮动）、美国及其它国家制药行业监管以及医疗政策的影响、全球范围内控制医疗成本的趋势、技术发展、竞争对手获得的新产品与专利、新产品开发潜在的挑战（包括获得监管部门批准）、

默沙东对未来市场形势做出准确判断的能力、制造上的困难或迟延、国际经济金融状况不稳定与主权纷争、默沙东公司拥有的专利和其它保护其创新产品的手段，以及公司面临的包括专利诉讼和或监管行为的法律风险。

除非相关法律要求，默沙东没有义务就新信息、未来事件或其它原因对前瞻性声明进行公开的更新。其它可能导致实际结果与前瞻性声明存在实质性差异因素，请参见默沙东 2014 年报 10-K 报表，及公司在美国证券交易所备案的其它文件（可在美国证券交易所网站 www.sec.gov 上获得）。