



# 會員通訊

THE  
HONG KONG  
ASTHMA SOCIETY  
NEWSLETTER

香港哮喘會

季刊

JUN 91  
VOL.7

九一年六月號第七期

## 編者的話

**近**年醫學界對哮喘症之研究及治療雖已有長足之進展，但九零年本港之統計數字却顯示，患哮喘症而入院之病童有增無減。因此我們對患者之教育不應鬆懈。哮喘之護理雖麻煩，且重症可能致命，但並非無法克服。對於多數患者來說，如果他們能明瞭此症之性質、治療原理及遵從醫生之指示，病情通常可受到控制。目前研判哮喘之新療法是否有效，還作詳細深入之測試。市面上常流傳未經證實為有效之療法，我們謹此提醒各位讀者小心，勿妄信盲從。本期會刊有一篇文章介紹標準之測試方法。此外，亦刊有專文，介紹老年人罹患過敏症及哮喘之情況。

希望本期之內容能為讀者提供有效之資料。本刊並歡迎讀者提出各種批評及建議。

■ 郭志豪

## 專題探討

### 老年人的哮喘及敏感病症

一般人以為包括哮喘在內的敏感病，很少到年紀老邁才初次發病，這是不確的。退休後才開始有敏感症或哮喘病徵等的例子，並不罕見。所以，我們必須知道，胸部不適並不一定是慢性支氣管炎或肺

氣腫，可能是哮喘。而哮喘病的呼吸管道阻礙，是可以完全康復的。

老年人與年輕人同樣會患上敏感病。雖然六十歲以上才初次發敏感症的患者較少，但哮喘卻可以在任何年齡開始。老年人雖較少有敏



感性哮喘，然則引致老年人哮喘發作的病原，卻可能較多。敏感症通常會引致鼻、眼不適，並且會引發哮喘。

### 老年人要適應生活上的變動

任何年齡的人，忽然要學習應付一種威脅他正常呼吸及影響日常活動的疾病，都會覺得困難，更何況是老年人！老年人可能要同時應付退休、搬遷及經濟上的問題，已經夠受的了，再加上新發的疾病，可說苦不堪言。所以，我們必須同時留意到他們在身體及情緒上的問題。明瞭這種疾病及其如何影響病者身體其他部分的功能，也是必須的。



假使一個人退休後，搬到一個氣候不同的地方居住，便可能在一、兩年間，對這些新的致敏原發生反應，從而發展出敏感徵狀，如打噴嚏，眼睛痕癢及流鼻水等。初時會懷疑是受寒傷風，但若徵狀重複發生及持續，那麼病者便應考慮到敏感症的可能性了。

### 食物敏感

老年人對食物敏感並不常見。當老年人有腸胃不適或大便習慣改變時，應該先檢查是否與其他病症有關，證實不是由其他病引致，最

後才考慮是否對食物敏感。就算病者本身有其他敏感症如花粉熱者，當發現有抽筋及腹瀉時，亦可能是其他身體結構有病所致，不應以為是食物敏感而忽略之。持續的腸胃不適可能是某種嚴重疾病的象徵，必須由醫生診治。

同時有其他病患的敏感病老年人，應該特別受到關注。敏感病醫生及老年病人的主診醫生應該一同細心診斷。病者如果能詳細告訴醫生自己的健康狀況，當能有助診治。

### 互相配合診治

老年人士的敏感症及哮喘病需由病人的主診醫生及他的敏感病醫生合作醫治。他們必須注意到不同藥物的相互作用及藥物反應。病人最好能夠在每次就診時，列出所有他現時服用的藥物。隨着年齡的增加，每個人都會有些改變，有好的，也有壞的；以體質而言，年紀大的人通常需要服用較多的藥物。有些藥物，如治高血壓症的Beta Blocker類藥是會影響哮喘的。

### 服用藥物需注意的地方

老年人服用藥物方面，可能需要特別照顧。例如，病者如同時患有風濕或其他關節毛病，使用手按式吸入器便可能有困難。解決方法是轉用另一種不用手按的吸入器，或在吸入器加上一個特別改裝的器具，使病者不需用手按。老年患者使用電動噴霧機式的藥物可能比較容易使用，同時亦令較多藥物真正到達呼吸通道。此外，如果療效相

同，藥水較藥丸容易吞服。由於藥物對老年人新陳代謝的影響，或某些器官的感應度不同，亦需要由醫生調度藥物的份量。睡眠亦可影響藥物的效果。睡眠時間因年齡而改變，故此，睡眠用的哮喘藥物亦需因應調改。

一般成年人雖然知道醫生配方藥物的重要性，但很多時會有服藥愈少愈好的想法，以為「減少身體內的化學劑」對身體有利，但其實過多或過少劑量都不利於哮喘的醫治。醫生在調節劑量時，必需準確知道病人對某一份量藥劑的反應，才能準確地加以調較下一劑量。病人若想服用最少量的藥物，便必須充分與醫生溝通，明瞭醫治的過程、風險及好處。

### 其他治療方法

其他非藥物性的治療法亦可能有效，但病人必須讓醫生知道他在進行此種療法，並接受醫生的指導。其他療法包括物理治療，有可能會影響老年的治療進度。安全的運動程序必須考慮到老年人同時可能患有骨關節炎、高血壓、或心臟病等。



各方面的護理人士共同合作，建立一個合理的治療目標，才能幫

助老年敏感病及哮喘病患者得到最佳的療效，並產生最少的副作用。

對哮喘有深入認識的專科醫生及病人的主治醫生必須互相配合，才能

使老年患者得到最好的治療。

## 哮喘新療法的試金石

當消費者購買一些重要的物品時，他們會選些高質量及安全的貨品。在醫療方面，病人就醫時，亦期望得到安全及有效的治療。病人這種消費者式的形態，有好處亦有壞處。好處是病人會積極地投入治療，使病情盡快受到控制。而壞處方面，這形態會鼓勵無良的商家，胡亂的吹噓某藥物或某療法是如何的了得，及「完全沒副作用」，以騙取消費者的信心。當消費者受到誤導而服用了未經足夠試驗之治療時，疾病除不好轉外，健康更可能受進一步損害。



任何新藥或療法面世前，必須經過一輪嚴格的試驗，來確定它們是否有效的。這些試驗應由一些客觀，不偏倚的研究人員作主持。這種方法對測試哮喘及敏感藥物尤為重要，因為這些病的病徵容易受心理因素影響，而且病情常無故的變好或變壞，一不留神，就誤認為受治療影響。而「相盲性夾雜安慰劑試驗法」(Double Blind Placebo

Controlled Trial)，就成為這些新治療的試金石了。

所謂「夾雜安慰劑」的研究，就

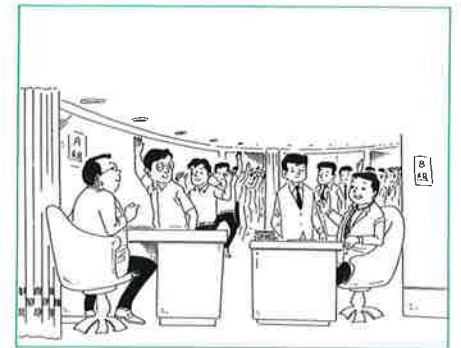


是在測試新藥物時，將受測試病人分成兩組，一組接受真的受測試藥物，另一組則接受其實是無任何藥性的假裝藥物，即所謂「安慰劑」，在一定時期內，觀察這兩組病人的反應。而「相盲性」試驗，則是甚至主治醫生，亦不知道兩組病人中，那一組是服用新藥，那一組是服用「安慰劑」的。這樣，便可避免受心理因素影響，而引致錯誤結論。

當一個科學家或醫生對某種疾病構思一種新的治療方法時，他會先作出一個「假設」，再把這個「假設」作出試驗。很自然地，他希望，並相信這個「假設」是可行的。這種心理因素，很可能影響到他設計收集資料的方法及他對這些資料的闡釋。另一方面，其他不同意他這個「假設」的醫生或科學家，又可能持完全相反的觀點，也缺乏一個不偏不倚的立場。另一方面，病人

在接受毫無藥性的「安慰劑」治療時，由於以為自己正在接受有效治療，病情往往也會好轉。在牽涉敏感病及哮喘病者的「相盲性夾雜安慰劑試驗」中，常有百分之三十的病人有這種表現。所以，一種新的治療方法，必須能在試驗中有更高的療效，才算是真正有用。

產生安慰劑效應(Placebo Effect)的原因很多，其中之一，是哮喘及敏感病人的病情，根本不是經常維持不變，而是會無緣無故地突然好轉或轉壞。如果一個病人在接受試驗治療時，剛巧病情轉好，他便會以為是新藥的作用。



如果病人已知他們在接受「安慰劑試驗」，他們對治療的反應，便很可能受到心理所影響。故此，接受試驗的病人，通常是被蒙在鼓裏的。同樣，如果醫生知道他的病人正在接受「安慰劑試驗」，他的診斷或評估，亦會受到影響。所以我們才需要「相盲性」研究，同時將醫生及病人被蒙在鼓裏。

遺憾的是，很多治療方法都沒有經過「相盲性夾雜安慰劑的試驗」。病人在採用這些未經徹底、客觀試驗的療法前，應該明白他們接受的只是試驗性治療。

目前註冊西醫所廣泛採用的治療哮喘藥物，都是經過上述的嚴格研究確定療效的，各會員可安心服用。

公眾如何才可分辨某種哮喘或

敏感病療法，到底是曾經接受過「相盲性夾雜安慰劑試驗」的，還是江湖術士的騙人技倆呢？以下數點可幫助你作出判斷：

——向推薦這種療法的醫生或機構清楚查詢，這種療法是否他們所特有的，或只有少數機構採用的？如果答案是肯定的話，便應追問原因，因為真正有效的療法，很少是不被廣泛採用

的。

——如果他辯說「因為醫學界妒忌我的成就」，你更要當心！

——若仍有疑問，請向你本地的醫學會查詢，如香港醫學會、香港哮喘會、香港胸肺科學會等。此外，不要輕信你的朋友或鄰居告訴你某一療法有用與否，因為他們所說的，可能只是道聽途說而未經證實的。

## 會員權益

### 優惠會員服務

香港哮喘會為會員提供多方面的服務，現從外國訂購了一批適合哮喘病人所用的儀器，以特價出售給與會員。有意訂購者可聯絡永安公司(1)油麻地分行陳毅然先生或蔡新先生，電7804341或(2)太古城分行黃秀珍小姐或李裳英小姐，電8857588安排取貨。會員每人每年只限訂購各式用品一次。

霧化水劑藥物用之氣泵 Medication Compressor *	HK\$765
霧化器 Nebuhaler	HK\$40
儲霧器 Volumatic	HK\$40
小兒噴霧助吸器 Paediatric Aerochamber	HK\$110
最高流速計 Peak flow meter	
(i) Mini-Wright	HK\$200
(ii) Breath-Taker	HK\$150

\*適用於Ventolin及Bricanyl藥物：使用方法及詳細情況可請教你的醫生。如欲購此產品者須致電8956502鍾小姐

#### 《醫生按語》：

使用霧化水劑藥物(聞氣)較容易將藥物吸入肺內，療效甚高。唯使用份量為吸入器的一次噴出量之幾十倍，所以非必要時，使用吸入器比較安全。病者亦避免因過份依賴霧化氣泵而忽略或延誤其它必需的緊急藥物治療。

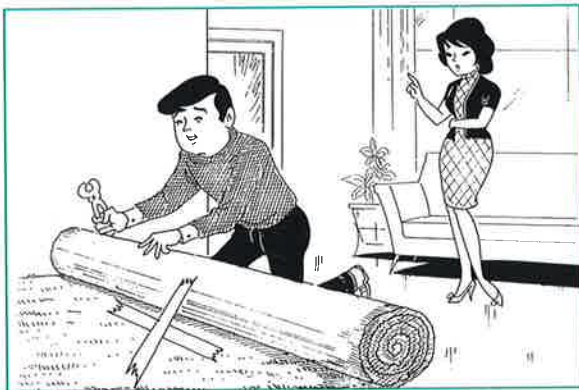
# 連環六格



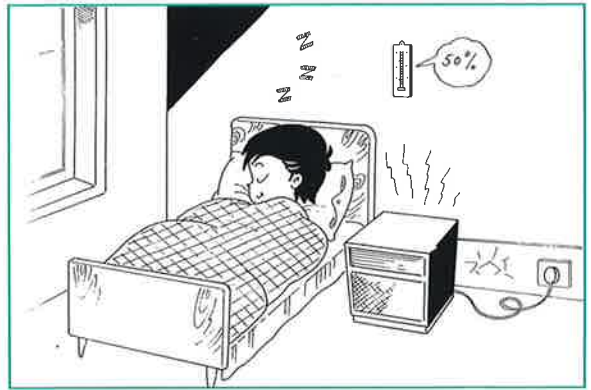
1. 黃梅天蟻活躍



2. 飲食衛生要留心



3. 毛氈惹塵宜避免



4. 室內抽濕氣清新



5. 勤換床單保清潔



6. 清潔家居蟻消失

### 夏日活動

九〇年本會舉辦之夏日活動日，參加者甚為踴躍。今年我們聯絡了香港體育學院(即前銀禧體育中心)並選定於八月十七日星期六在上址舉行夏日活動日。屆時將安排乒乓球、羽毛球及游泳活動，並於活動前安排物理治療師教導及示範呼吸與熱身運動，同時並設一醫學講座。為方便有關安排及名額有限，有意參加者請於附頁填妥姓名、會員號碼、年歲及有關資料，名額有限，請盡早寄回。活動詳情如下：

集合地點：香港體育學院大門口(即前銀禧體育中心)

集合時間：八月十七日上午九時

### 小組研討會

現得到永安集團支持，今年七月三十日晚上六時將舉行一次小組研討會。是次研討會將安排顧問醫生到場與參加者一起解答有關哮喘的疑難。地址將為上環德輔道中一二二號永安中心七字樓。有與趣參加者請填妥附頁回條寄回以便我們安排。

## 得 有 心



李鏡華



加入了哮喘會已有兩年多，而參予季刊編輯的義務工作亦接近兩年，自問對會內工作幫不了多少，實在有多少內愧！

在未加入哮喘會前，自己對哮喘病的認識可說是相當膚淺。在女兒病發時只有無奈和焦慮地等待她病情轉好。為着想對哮喘病的問題更加了解，便加入了香港哮喘會，繼而當上義務工作。當初確實對哮喘會抱有極大希望——希望女兒從此可以脫離哮喘病的魔掌，開開心心地繼續成長。

但當接觸了多位熱心參予哮喘會義務工作的醫生後，概括地得出了結論，便是——在現今西方醫學界裏，尚未有任何的藥物能夠徹底地根治哮喘。（原因是哮喘病是一種非常敏感性的病，而致敏的病源亦非常廣泛的緣故。意見純屬個人，未知對否？）但話得說回來，對我來說加入了哮喘會，我實在已得益不少了！最起碼我知道現今的藥物可控制病情，可預防病發，用藥後對身體可說全無副作用。我暫時再也看不見女兒哮喘發作時那種辛苦的模式，她更可正常地讀書和上學去。對我來說，足夠，已足夠了！在現階段唯有期望着新的哮喘藥面世，又或者女兒成長後，抵抗力強了，漸漸好轉吧！

其實，哮喘病一般來說並不是一種十分可怕的大病，亦不會傳染他人，只要定時用藥（噴劑）基本上已可控制病況。哮喘會之所以成立，是為病人及病人的家屬提供所有關於哮喘的知識，以及教育我們認識如何去避免引發哮喘。會員與會員之間，亦可在哮喘病的心得上交換意見，有需要時亦可向會內的醫生垂詢有關的疑問。對一般在哮喘常識認識不深的人，已可以起了一定的作用。

最後，我要向一班熱心人仕（哮喘會的搞手們）和一群值得大家敬佩的醫生——致敬！多謝你們給我們成立了香港哮喘會。更希望他們繼續努力和積極地提供更多方法去幫助哮喘病人。

## 讀者來函

本人去年傷了尾龍骨，有去睇骨科，亦有向醫生講有哮喘病，但受傷至今哮喘發作很密，今年三月還入了兩次醫院，請問是否骨科藥不合？什麼止痛藥才合？

你的哮喘惡化，看來有三個可能：一是受含亞士匹靈的止痛藥物影響，令哮喘病惡化。一部分的哮喘病人是對亞士匹靈呈敏感反應的，當服用這藥物後，氣管就會收窄，也即是哮喘發作了。第二可能是受心理因素影響。你的尾龍骨傷後可能經常發痛，這會令你的心情受到一定的滋擾，對你的哮喘病也會起不良的影響。第三可能是哮喘病情的自然變化，與外來因素無關。請將上述問題和你的骨科醫生及哮喘病醫生商量，他們已掌握了你健康的詳細資料，定可為你解決難題。



小兒今年三歲，自去年起哮喘時常發作，現已在一政府醫院定期就診。唯每有急病發作，都要向私家醫生求醫，現有一疑問，就是政府醫院的藥物和私家醫生的藥物，可否同時進食？

其實當哮喘病人患有急性病時，(如一般的感冒或喉嚨炎等)，哮喘病很可能會同時發作或暫時的惡化，所以病人絕不應在這時停用他們慣常服用的哮喘藥物，因為這可能引起非常嚴重的哮喘發作。除非你的私家醫生明確的指出他已為你開出了另外一些哮喘藥來代替政府醫院的哮喘藥，你是不應自行著兒子停用他已長期服用的藥物。

最近在電視看了一集關於兒童哮喘病的鏗鏘集。片中一老人家禁止患哮喘病之兒童「夾餸」，理由是恐防哮喘因此傳染他人，這種做法是否適當呢？



讓我們在這裡重申，哮喘病絕對不會傳染的。片中人物的做法，完全是不需要及不適當的。哮喘病已為兒童帶來了不少的折磨，成年人更不應隨便地再令他們的生活受到不必要的限制。正如片中小孩所述，他是十分渴望能如其他常人一樣的進食。我們希望每一個哮喘病童的家長都能明白到，他們的子女都不希望受到特別的照顧，他們只想如常人一般的生活。體育課、運動日、旅行及校內外的遊戲更是所有兒童都愛參加的，我們是不應妄加阻撓的，這會對兒童心理發展有不良影響的。

香港哮喘會會員通訊 ■ 九一年六月號第七期 ■ 主席 • 梁展文 ■ 副主席 • 張瑪莉 ■

秘書 • 利王星芬 ■ 財務 • 伍黃穗儀 ■ 法律顧問 • 冼少媚 ■ 會計師 • 林德彰 ■ 執行

委員 • 陳兆麟 陳乃圭 錢黃貴蘭 郭家明 郭志豪 潘岳權 譚一翔 曹陳艷璋

楊國普 鄒美玲 鄧淑媚 ■ 編輯 • 郭志豪 陳乃圭 蘇鈞堂 曾英美 梁其汝

李鏡華 楊智人 陳麟書 ■ 美術編輯 • 吳淑芳 ■ 插圖 • 吳漢清 鄧志豪 楊美儀



## 附 頁

請填寫有關項目，連同回郵信封寄回本會香港七姊妹郵政信箱60397號收。

姓名：\_\_\_\_\_ 會員編號：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

### 繳交年費事項

本會1991年度會員年費仍為港幣五十元。尚未繳交年費的會員，請儘快以劃綫支票寄回香港七姊妹郵政信箱60397號收，抬頭寫「香港哮喘會有限公司」。

☆請勿郵寄現金。

### 夏日活動日

本人欲參加八月十七日之夏日活動日

並同時帶同親人\_\_\_\_\_名，關係：\_\_\_\_\_ 年歲：\_\_\_\_\_

會員姓名：\_\_\_\_\_ 年齡：\_\_\_\_\_ 性別：\_\_\_\_\_

參加游泳活動者需於下列適當方格☐

水性：☐ 可游五十米 ☐ 可游廿五米 ☐ 可浮身 ☐ 不懂

### 小組研討會

☐ 本人有意參予七月三十日之小組研討會

年齡：\_\_\_\_\_ 地區：\_\_\_\_\_

### 招募義務工作者

本人有志參與哮喘學之義務工作：

姓名：\_\_\_\_\_ 年齡：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_

可抽出之服務時間範圍：\_\_\_\_\_

本人專長：編輯☐ 劃版☐ 繪畫☐

## 「你對哮喘知多少？」答案揭曉

得獎者：顏仕輝(172) 陳淑玉(190) 李燦華(601)  
鄭兆武(493) 張潔儀(525) 陳慈玲(736)

得獎者請致電 895 6502 與鍾小姐聯絡

上期舉辦之“你對哮喘知多少”問答遊戲III得到你們大力支持，來信踴躍。

答案而下：

- |                                              | 是                                   | 非                                   |
|----------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| ① 常用的哮喘西藥只可治標外，是否能預防哮喘發作                     | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            |
| ② 香港患有哮喘的孩童，大多數會對塵埃蟎敏感                       | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            |
| ③ 吸入的類固醇，是治療急性哮喘發作的有效藥物                      | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| ④ 吸入的類固醇，是預防哮喘發作的有效藥物                        | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            |
| ⑤ 長期使用吸入的類固醇，會令哮喘病更加嚴重                       | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| ⑥ 食物敏感是導致哮喘發作的主要因素                           | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| ⑦ 塵埃蟎喜歡在潮濕及溫暖的環境下生長                          | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            |
| ⑧ 當哮喘病情不穩定時，測量記錄會顯示出，早晚之間<br>的最高流速數字有大起大降的現象 | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            |
| ⑨ 心跳、手顫是吸入類固醇引起的副作用                          | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| ⑩ 哮喘病是可以傳染的                                  | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |