

個人資料

姓名： (中文)
 (英文)

性別： 男 女

出生日期： (月) (年)

聯絡地址：

電話號碼： (住宅)
 (手提)

傳真號碼：

電郵地址：

是否綜援人士： 是 (有效日期：)

教育程度： 小學或以下 中學 證書/文憑
 大學 碩士以上

工作狀況： 在職 主婦 學生
 退休 待業 其他

會員類別

病友 所患病類： 哮喘 敏感症

病友家屬 患者姓名： 關係：
 患者所患病類 哮喘 敏感症

公眾人士

其他

收取本會會訊之途徑： 郵寄 電郵

願意加入本會義工行列： 願意 不願意

希望參加之活動類型：(可選多項)

朋輩分享會 健康講座 旅行
 節日聚會 生日聚會 其他：

申請人簽署： 日期：

未滿16歲的申請人，須由家長或監護人簽署

家長/監護人姓名： 簽署：

與申請者之關係： 電話：

會費：兩年會籍 HK\$80, 60歲或以上長者 HK\$40

個人資料收集聲明：申請人於填寫會員申請表時所提供的個人資料，本會將用作處理會員事務（包括統計、聯絡及活動推廣）。除本會授權職員外，其他人士均不得查閱你的個人資料。根據個人資料（私隱）條例，申請人有權查詢及更改其個人資料。申請人如須查詢或更改其個人資料，請致函本會。

會員須知及繳費方法：此表格適用於申請成為香港哮喘會會員。會員證有效期為2年，綜援人士可憑「醫療費用豁免證明書」豁免年費。請填妥此表格，連同劃線支票抬頭寫「香港哮喘會」、或將款項存入本會恒生銀行戶口262-280886-001，並連同入數紙，寄回香港九龍油麻地上海街402號地下香港哮喘會。

香港哮喘會印有以下教育單張，有需要的朋友
 可致電本會熱線 2895 6502 查詢索取方法

1. 認識哮喘

2. 認識哮喘教學版

3. 長者與哮喘

4. 兒童與嬰兒期的哮喘

5. 懷孕與哮喘

6. 體能活動與哮喘

7. 職業性哮喘

8. 過敏症是什麼

9. 做個醒目的家長

本小冊子之版權為香港哮喘會所有，如要引用
 當中任何內容及圖片，請致電本會熱線。



香港哮喘會
 THE HONG KONG ASTHMA SOCIETY

地址：香港九龍油麻地上海街402號地下
 電話：2895 6502 傳真：2711 0119
 網址：www.hkasthma.org.hk 電郵：hkas@hkasthma.org.hk

病人資源中心開放時間

星期一至五
 上午9:30 - 下午5:30

星期六
 上午9:30 - 下午4:30

聲明：本會感謝所有為本冊提供目前正確醫學知識的醫生及護理人員，然有關內容不宜取代專業醫療意見。如果你或你的家人對哮喘病情有任何困惑，請即向你的醫生或合資格的醫護人員諮詢。本冊由香港哮喘會編印，本會及所有工作人員不會對有關內容所引致的索賠、損失或損害承擔任何責任或後果。

2012年1月香港哮喘會編訂



香港哮喘會
 THE HONG KONG ASTHMA SOCIETY

長者與哮喘



無論你是什麼年紀，哮喘都不應限制你的生活。請與醫生商量如何控制你的哮喘，讓你能做你喜歡的活動。

什麼是哮喘？

哮喘是一種氣管毛病，是過敏性支氣管長期發炎。患有哮喘的時候，氣管會變得紅腫及容易對某些東西產生過敏反應，例如過濾性病毒、香煙、塵埃蟎或花粉等。當紅腫的氣管產生過敏反應時，氣道會收窄及引致呼吸困難。

常見的哮喘徵狀包括喘鳴、咳嗽、胸口有壓迫感及呼吸短促。當這些徵狀惡化時，那就是哮喘發作了。雖然哮喘徵狀時有時無，但支氣管發炎的情況仍是存在的。要好好控制哮喘，你要與醫生合作及好好照顧自己。

注意

不少長者患有哮喘，有些是從小已有此病，有些是成年時才患上，成因仍是不明。

1

年齡老化會增加診斷及治療哮喘的困難，因長者有可能患上其他疾病，如心臟病或肺氣腫等。

2

長者較年輕病患者容易對哮喘藥產生副作用。有研究顯示年長病患者長期使用高劑量吸入式類固醇，會增加患青光眼的機會。

3

某些病人在同時服用哮喘藥及其他非哮喘藥時，藥物之間的相互影響可能會增加副作用的機會。

留意早期病徵

大部份的哮喘發作都是慢慢開始的。你要留意及記錄你的病徵，這樣可幫助預測哮喘發作的嚴重程度及出現頻率。你的醫生或會需要你使用「最高流速計」或「哮喘控制指數」監測及評估病情。如果你能警覺開始惡化的徵狀，可有效預防致命的哮喘發作。

遠離令你哮喘惡化的因素

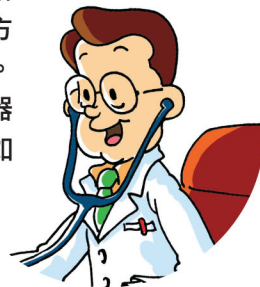
香煙的煙霧、傷風感冒病毒、塵埃蟎、花粉等皆可引致哮喘惡化，請與醫生商討令你哮喘惡化的因素及注意事項。可向醫生查詢有關預防肺炎球菌及流感病毒等疫苗是否有助避免哮喘惡化。



定期覆診

就算你認為你的哮喘已受到控制或很輕微，亦要定期覆診，至少每 6 個月覆診 1 次。定期覆診可讓醫生跟進病情，從而在有需要時更改療程或調較劑量。同時，醫生亦會檢查你的肺功能及有否其他相關疾病。

在每次覆診時，請攜帶你在服用中的所有藥物。向醫生示範你使用吸入劑的方法以確定你能正確地吸入足夠的藥物。如不能使用吸入劑，可配合吸入輔助器（儲霧器）使用，或使改用口服藥物，如白三烯受體阻斷劑，請與醫生商討。



我要控制哮喘

以下是一些簡單的重點：

- * 請與醫生坦白溝通，告知醫生你因受哮喘限制而不能做的事或活動、向醫生坦白提出你對哮喘、藥物及你對健康的憂慮。
- * 若你需要使用吸入式藥物，務必肯定自己使用吸入劑的方法正確，最好請醫生或護士確認你所使用的方法正確。
- * 告知醫生你正服用的所有藥物，包括哮喘藥或其他病的藥物。要清楚知道藥物之間不會引致其他的副作用。如你有使用眼藥水、亞士匹靈及其他非醫生處方的藥物，也緊記告知醫生。
- * 就算你認為與哮喘無關的徵狀，也應該告知醫生。坦白地與醫生討論可避免無謂猜疑。
- * 如你有聽覺、理解及記性差等問題，要坦誠告知醫生及尋求家人的幫助。

哮喘會熱線
2895 6502

你需要幫助嗎？

若你因哮喘問題而感到抑鬱或壓力，不妨多與你的家人、朋友或其他病友傾談，又或加入香港哮喘會，尋求協助。