

# 肺炎

- 定义
- 原因
- 种类
- 症状
- 并发症
- 治疗
- 居家照护注意事项

## 一、定义

肺炎是指肺部实质可能因细菌、病毒、真菌、结核菌等感染引起发炎反应，（一般以细菌、病毒感染引起的肺炎较常见，可发生在所有年龄层的人，尤其以免疫功能较差之老人、婴儿、酗酒者或糖尿病患者等较容易发生）。

## 二、原因

### （一）肺部因素：

1. 呼吸道疾病：因流行性感冒、慢性支气管炎、上呼吸道感染、支气管扩张、气喘或肿瘤等，导致呼吸道阻塞。
2. 长期抽烟者或长期暴露在污染空气中的人。
3. 吸入异物、有毒物质或吸入性灼伤患者。

### （二）全身因素：

1. 年龄：65 岁以上老人或未满 2 岁的婴幼儿。
2. 咳嗽、呕吐反射功能不良者，例如：上半身麻醉、药物过量、脑中风患者、头部外伤、神经肌肉病变或癫痫患者。
3. 免疫抑制：白血病、化学治疗、长期使用类固醇、艾滋病、接受器官移植或营养不良者。
4. 长期不动或长期住院者。
5. 慢性疾病：糖尿病、肝硬化、肾衰竭、心脏衰竭、癌症、免疫功能不良、镰状细胞性贫血、酒精滥用或慢性阻塞性肺疾病者。
6. 口腔卫生习惯差者。

### （三）其它因素：

1. 气管插管、行气管切开术或使用呼吸辅助器。
2. 使用雾气治疗或吸入治疗。
3. 侵入性检查或治疗，如：行支气管镜检查或放置动脉导管等。
4. 咽喉菌群改变，持续抗生素治疗者

## 三、肺炎的种类

### （一）依病原菌区分：

1. 革兰氏阳性菌：肺炎链球菌、金黄色葡萄球菌。

2. 革兰氏阴性菌：绿脓杆菌、克雷白氏杆菌、退伍军杆菌。

(二) 依来源区分：社区型肺炎、医院内感染性肺炎。

(三) 医疗照顾有关之肺炎：此种肺炎介于社区型肺炎及医院内感染性肺炎之间，二者均可引起。

(四) 与呼吸器相关之肺炎：病人在放置气管内管之后 48-72 小时引起的肺炎。

## 四、常见的症状

(一) 发烧：典型社区型肺炎是快速、突然的出现发烧（高达 39-40℃）、寒颤与盗汗的情形。

(二) 咳嗽。

(三) 咳痰：痰液颜色会因不同的菌种感染造成铁锈色、绿色或黄色、有脓或带血的痰。

(四) 胸痛或肋膜痛。

(五) 呼吸困难或呼吸短促。

(六) 胸部叩诊为钝音，听诊为啰音。

(七) 咳血。

(八) 心跳速率变快。

(九) 其他：可能会有头痛、肌肉酸痛、疲倦、软弱、皮疹、腹泻、意识不清等现象，如果影响到消化系统，病人会出现恶心、呕吐等现象。

## 五、并发症

(一) 肋膜炎、肋膜积液。

(二) 脓胸、肺脓肿。

(三) 心内膜炎、关节炎、脑膜炎及心包膜炎。

(四) 呼吸衰竭。

(五) 败血症、败血性休克。

(六) 肺扩张不全。

## 六、治疗

肺炎治疗时间依菌种而有不同，一般疗程约需 7-14 天，若肺炎并发肺脓疡或脓胸，则需使用有效抗生素 4-6 星期。治疗的方法，如下：

(一) 药物治疗

(二) 肋膜内脓液引流：内科或外科引流术，依病患严重度而定。

(三) 氧气治疗：由医师依患者治疗之需要，给予氧气治疗。

(四) 维持呼吸道通畅，促进有效换气的方法，如：咳嗽、深呼吸、拍背、姿位引流，必要时抽吸痰液等。

(五) 追踪胸部 X 光及胸部超音波。

## 七、居家照护注意事项

(一) 药物

应依照医师指示按时服药，切勿自行调整药物剂量，用药期间应注意观察有无出现腹部不适、腹泻、心跳过快、心律不整、颤抖、失眠、抽搐、休克、皮疹或胃肠不适等副作用，一旦发现上述症状，请立即回诊告知医师。

## （二）饮食

良好的营养可以增加身体抵抗力，并可帮助呼吸顺畅。患者可以采用高蛋白及高热量饮食，若因同时罹患其它疾病需限制饮食时，则需与医师或营养师讨论，同时须注意补充水份。

## （三）注意预防感染

勤洗手；请保持室内空气流通；天气变化时，应适时添加衣服，避免受寒；如发生痰量增加、颜色变黄、变黏稠、发烧、咳嗽、呼吸困难加剧、意识混乱或嗜睡等症状，应立即就医。

## （四）戒烟

吸烟（包含二手烟）会改变人体肺部内大小气道、肺泡和微血管的结构与功能，以及肺部免疫系统的完整性与各种呼吸道症状，如：慢性咳嗽、多痰及呼吸急促。吸烟会造成呼吸道上皮改变与破坏，包括：上皮绒毛脱落、粘液腺肥大、杯状细胞数目增加及呼吸道上皮细胞通透性增加，而增加慢性肺病与肺炎的死亡率。随着年龄渐长，肺功能会逐年下降，吸烟的人会加倍丧失肺功能，戒烟可减低一切与烟草有关的疾病，为自己与家人朋友的健康，吸烟者及早戒除是非常重要的。

## （五）戒酒

研究显示，酗酒使得免疫功能下降，发生社区性肺炎的机率相对于不喝酒者高出8倍。