

哮喘病

及肺功能检测



哮喘病人呼吸检测指南

致患者及照护者

什么是 肺功能 检测？



如果您患有或者疑似患有哮喘病，那么您需要**进行肺功能（呼吸）检测**。

这些检测用来检查您的肺部功能是否健全以及哮喘病如何影响您的呼吸。用于哮喘的呼吸检测有两种——**肺活量检测法和最大呼气流量检测法**。

肺活量呼吸检测

肺活量测定法是检测哮喘病最准确的呼吸检查方法。它能测出您肺部吸入和呼出的气体量，以及您呼气的难度和速度。换句话说，这种方法用来检测您肺部的整体功能。

用作该检测的设备叫做肺活量计。医生用肺活量计：

- 检查您肺部的呼吸道是否比正常的呼吸道窄；
- 确认您是否患有哮喘；
- 检测您哮喘病情的严重程度；
- 了解您的哮喘病是否加剧；
- 了解您的哮喘病在经过治疗之后是否好转。

检测结果有助于您及您的医生决定您是否需要用药，或者判断出您目前所用药物的种类或剂量是否需要调整。大多数成人和7周岁以上的孩子都可以正确地进行肺活量检测。

进行肺活量检测， 我该做些什么？



肺活量检测通常在医生诊所进行，或者您的医生会介绍您去专门做该检测的医院化验室。

检测之前，负责该检测的医疗专业人员会向您说明如何正确地进行这项检测。检测过程中，他们也会激励您尽力尽速地呼气。

他们也可能让您使用鼻夹以确保您是用嘴呼气，而不是用鼻子。

在肺活量检查过程中，要求您：

1. 身体挺直而坐，双腿不能交叉，双脚平放于地；
2. 完全、迅速地吸气；
3. 屏气不超过1秒钟；
4. 将肺活量计的吹气口放入嘴中并紧闭双唇，达到密封效果；
5. 尽力尽速地呼气，直到您的肺部完全排空，或者直到您不能再吹气为止；
6. 再一次完全、迅速地吸气；
7. 拿开吹气口。

要达到最佳结果，您需要重复该检测至少三次。有时候该检测不能在一次赴诊中完成，因为这项检测可使人疲惫。

该检测是无痛的——只需您尽力呼气即可！

有时可能会要求您吸入“缓解”药物（通常是一种蓝色或灰色吸入剂）后进行二次检测。在您吸入缓解药物10分钟之后进行检测，能检查出该药物是否有助于您有更好的肺功能。

您的医生始终应向您解释您的肺活量检测结果。

如要了解更多关于肺活量检测的信息，请登录我们的网站观看视频：

nationalasthma.org.au

最大呼气流量检测



最大呼气流量检测需要用到最大呼气流量计，它能测出您呼出气体的最快（峰值）速度，这能使我们了解您的呼吸道有多窄，也能显示出您的呼吸道产生了多大变化。然而，最大呼气流量检测不能用来判断您是否患有哮喘病——而肺活量测定法就有这种功能（参见肺活量呼吸检测）。

医生可能会要求您在家中使用最大呼气流量计检查您的哮喘情况。绝大多数7周岁以上的孩子都能够正确使用最大呼气流量计。

医生与您一起制定的书面哮喘控制计划（Written Asthma Action Plan）中有时会包含最大呼气流量检测，该计划能帮助您了解您的哮喘是否恶化，并告知您如果恶化您应该采取哪些措施。

如果您使用最大呼气流量计，您需要找到您“最佳”的测定值，要做到这一点，在您的哮喘病仍可控制时每天记录您的测定值，一直持续1至2周。您及您的医生可根据您的“最佳”测定值来调整哮喘病控制方案。

例如：如果您的测定值低于您所记录的“最佳”测定值，您就会知道您的哮喘病加剧了。这样您就可以根据您的书面哮喘控制计划或医生意见改变用药。

最大呼气流量计只是用来检查您哮喘病情的一种方法。如果您感觉很不舒服，即便您的最大呼气流量测定值很好，那么也请遵从哮喘控制计划的说明或者就医。

如何使用最大呼气流量计？

您的医生（或者其他医疗专业人士，例如：护士、药剂师或者哮喘病导师）会给您示范如何正确使用最大呼气流量计。

使用最大呼气流量计的主要步骤：

1. 站立；
2. 水平握住最大呼气流量计，使其指示器朝上，确保指示器读数为0或者在“开始”的位置。
3. 尽最大程度地深吸气；
4. 将吹气口放入嘴中、紧闭双唇，并尽力尽速呼气（大约2秒钟）；
5. 检查最大呼气流量计读数；
6. 再重复步骤1-5 两次；
7. 记录3次读数中最高的数值。

如果您的呼吸道比平常窄，那么最大呼气流量计上的数值要低于您的“最佳”数值。当您的呼吸道完全打开时，该读数会与您的“最佳”数值一样或者接近。（一个人的“最佳”读数取决于其身高、年龄和性别——因此“最佳”读数因人而异。）

每次测量都要使用同一个最大呼气流量计，因为两个不同的最大呼气流量计读数会有所不同。由于这一原因，您最好在就医时随身携带自己的最大呼气流量计。



其他可能会用到最大呼气流量计的情况

出现以下情况时，最大呼气流量计有助于监控您的哮喘病情：

- 出院；
- 需要更频繁地摄入蓝色缓解吸入剂；
- 感冒；
- 感到不舒服；
- 接触已知的哮喘诱因（例如：花粉）；
- 用药发生变化，包括剂量不同或者使用新的药物；
- 夜里因哮喘症状而醒来（未能有效控制哮喘的征兆）。

欲获取更多信息：

- 请咨询您的医生或药剂师；
- 请登陆澳大利亚国家哮喘委员会（National Asthma Council Australia）的网站：nationalasthma.org.au
- 联系您当地的哮喘病基金会（Asthma Foundation）
电话：**1800 645 130** 网址：asthmaaustralia.org.au

本手册的信息不能代替专业医疗指导，如果您有任何有关您哮喘病的问题，请咨询您的医生。

鸣谢

科学家及临床医生组成的专家小组联合制定；

由澳大利亚政府卫生与老年人事务部（Australian Government Department of Health and Ageing）提供资金支持。



欲了解该系列手册的更多信息，
请登录澳大利亚国家哮喘委员会网站：
nationalasthma.org.au

Note for health professionals:

Visit the National Asthma Council website to access:

- this brochure in a range of community languages
- other asthma brochures in this multilingual series
- related information papers for health professionals