

慢性阻塞性肺病與抽菸～抽菸者需要知道的疾病

內湖國泰診所 一般內科/呼吸胸腔科

巫慶仁醫師



我以前的室友，是個虔誠的道教眾，他租的房間牆旁擺設香爐，每天早上跟晚上固定點香朝方位拜拜。4年住下來要搬走時，房東先生跟我說，你同學燒的香太多了吧！原來整個牆壁已經被香爐燻成了淡黃褐色，黏黏的。其實，肺部也一樣，長期抽菸的人，這些煙裡面的物質包括焦油，氫氰酸，芳香烴化合物等，都會如同拜拜的煙一樣燻入肺部，沉積在肺部造成慢性的發炎變化。

每次看到咳嗽久咳不癒初診的病人，我都一樣會詢問著：是否有抽菸？很多年輕人，20幾歲就抽菸。而30-50幾歲的也都抽菸。我大概都會拿出一小張衛教單解釋什麼叫「慢性阻塞性肺病」。但是很多人不知道這個病。

慢性阻塞性肺病的定義

所謂的「慢性阻塞性肺病」(Chronic obstructive pulmonary disease) 是指呼氣



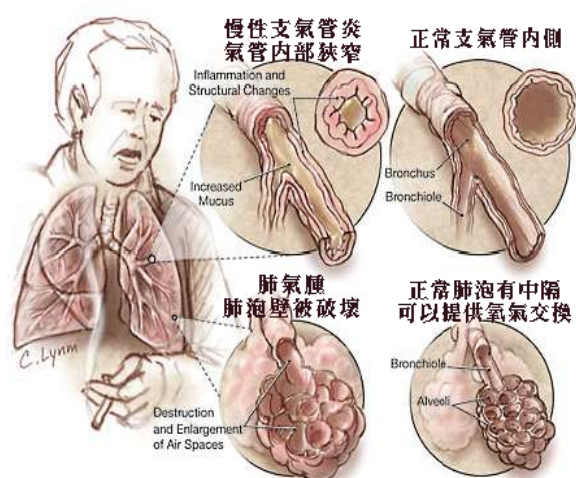
時氣流被阻塞所導致的症狀的一群疾病總和。簡單的說，就是因為外因，導致慢性的支氣管發炎。主要是因為支氣管慢性發炎變的比較狹窄或是積痰受到阻塞，造成空氣吸到肺部之後，吐氣時受到阻力，慢慢的產生了症狀。所以他的疾病範圍很多，包括了慢性支氣管發炎，肺氣腫，甚至有部分氣喘也是屬於這類疾病。而且有類似的症狀以及相關的疾病史以及暴露於危險因素，統稱為「慢性阻塞性肺病」。

「慢性支氣管炎」為一臨床診斷用詞。乃指呼吸道分泌過多黏液以致連續兩年

中每年至少三個月以上的大部份時間有咳痰症狀，但此種慢性咳痰不是由其他因素或病況引起。

「肺氣腫」為病理解剖用詞，是指末端細支氣管以下之氣道有不正常且永久性之擴大，合併「肺泡壁破壞」而造成空氣滯留於不正常擴大之氣囊內之現象。

一般而言，慢性阻塞性肺病患者此二種病況都是合併存在的，只是有些人慢性支氣管炎之病況較為明顯，表現出來的是長期咳嗽有痰；另外有些人，肺氣腫病況較為明顯，表現出來主要是漸進性之呼吸困難。



慢性阻塞性肺病的原因



圖-肺氣腫病人胸部X光-
肺看起來很大，但是沒有用的死腔多

抽菸，是慢性阻塞性肺病的主要原因，佔了 80% 以上。而抽菸的人約有 15% 以上會得到這個疾病，但是這個數據是由診斷定義中需要肺功能測檢測而來的，其實有很多已經得到慢性阻塞性肺病的人並沒有症狀，所以抽菸的人得到慢性阻塞性肺病的比例應該還要更高。此外二手菸、空氣污染、工作在粉塵或是煙霧的環境下、或是主婦長期處在煮食、油煙的環境下，也會得到。而據國外資料推估，預計 2020 年，慢性阻塞性肺病會變成全球第三高順位死亡原因。

發病年齡以及症狀

慢性阻塞性肺病，發病的年齡通常在 40 歲以上，約佔了 4-5%，而 50 歲以上發病的更多，40 歲以下則較少見。開始發病時的症狀通常為咳嗽數個月，濃痰不易改善。而到了 50~60 歲左右，則常會出現呼吸困難的症狀。急性惡化的時候，常常會有類似氣喘病人的哮鳴聲，以及氣促，喘息等症狀。而且病程越久，急性發作期的間隔會越來越短。末期的症狀會出現右心衰竭的肺心症，也就是因為肺部慢性充氣性高壓，導致心臟右側心室衰竭。而長期會有低血氧以及高二氧化碳血症等現象。

也因為慢性阻塞性肺病發病比較晚，所以 20-40 歲的年輕抽菸者，不會知道有

這個病，因為同儕之中很少人有這個病，所以他們繼續抽菸。而 40-50 幾歲中年抽菸者，則會合理化，認為抽菸本來會有慢性咳嗽的症狀。而到 50 幾歲開始發病症狀比較嚴重時，其實醫療可以做的，只能症狀控制，維持肺功能不要再惡化，肺部組織受傷實際上已經造成了。到 60 歲以後若變成肺心症，甚至連上個廁所都需要使用氧氣才能活動，一直到老死可能都只能足不出戶或是需要人推輪椅活動照料，如此生活失能的時間可能就 10 幾年，所以一般抽菸的年輕人，也看不到這些老人的痛苦。相對於癌症比起來，第三期 B 期或是末期癌症，不過數個月到數年的存活時間；慢性阻塞性肺病是比較折磨的疾病。

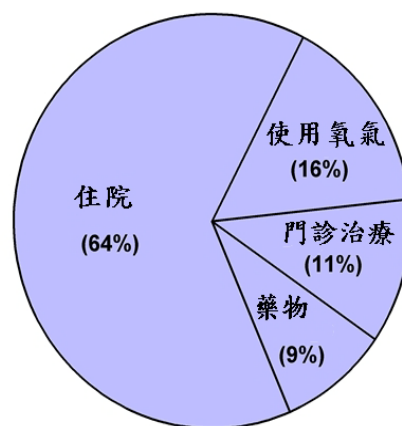


圖-COPD 的病人花費在治療上支出的比例，由圖可見，有 64% 的金錢與時間都在住院比較多。

結語

在了解為何吸菸會引起除了癌症之外的另一個病—慢性阻塞性肺病之後，以及為何慢性阻塞性肺病會造成日後生活的失能以及痛苦，在您點燃起下一個菸之前，是否先想想你，燃燒的到底是什麼呢？