

气胸，一种会呼吸的痛

严重或危及生命 专家呼吁重视预防



□ 见习记者 黄媛媛

前段时间，一位艺人因气胸离世，引发了公众对这一疾病的关注。什么是气胸？这种疾病会对人造成怎样的伤害？有哪些预警信号？该如何防治？记者就此联系安庆市立医院呼吸与危重症医学科主任丁国正、安庆一一六医院胸外科副主任吴其琛科普气胸的成因、危害、高发人群、症状及预防措施等。

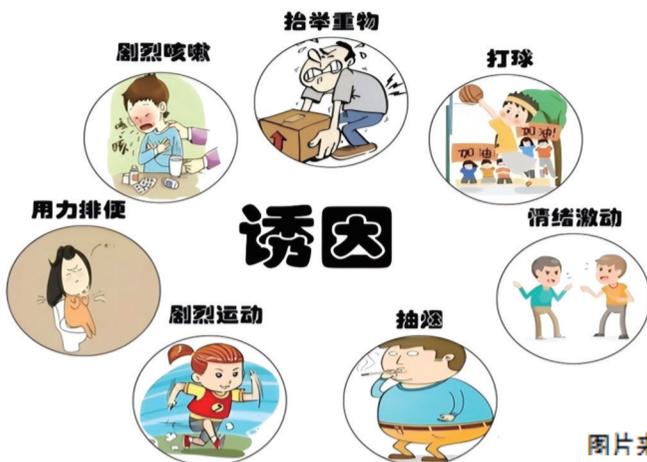
气胸分先天和后天两类

气胸是一种常见的呼吸系统疾病，严重时可能危及生命。吴其琛介绍，气胸主要是由于胸腔内出现肺大泡，破裂后气体进入胸膜腔，导致正常肺组织被压缩，进而引发呼吸困难等症状。如果肺大泡较大，对心脏和大血管造成压迫，短时间内会危及生命，这种情况被称为张力性气胸，是气胸中最危险的类型。

丁国正进一步介绍，气胸的发病原因分为先天性和后天性两类。先天性气胸多与遗传因素有关。后天性气胸多与生活方式和基础疾病有关，长期吸烟、慢性阻塞性肺疾病、哮喘等疾病是重要诱因。特别是长期吸烟者，其肺部组织因长期受到烟草刺激，容易发生肺气肿，进而形成肺大泡。

年轻人和老年人高发

气胸的发病人群主要是年轻人和老年人。年轻人发病多与先天性肺发育异常有关，尤其是身材瘦高、体型消瘦的男性更为常见。“这类人群的肺组织可能存在薄弱点，一旦遇到剧烈咳嗽、举重、憋气等诱因，就容易导致肺大泡破裂，引发气胸。”吴其琛解释说。



图片来自网络

老年人多因慢性阻塞性肺疾病或长期吸烟导致肺气肿，进而形成肺大泡，多在秋冬季节高发，尤其是季节交替时，气温变化较大，呼吸道感染风险增加，易诱发气胸。

丁国正提醒，学生压力较大，晚上熬夜，身体抵抗力差，加上部分学生本身有肺大泡病史，多种因素叠加，易导致气胸发作。此外，一些需长时间憋气的职业，如游泳运动员、举重运动员等，也是气胸的高危人群。

气胸发作时，通常会出现突发性胸痛、胸闷、气急、大汗淋漓等症状。据吴其琛介绍，气胸对身体的危害主要集中在发作时，“尤其是张力性气胸，它是一种急危重症，抢救时间很短，和心梗一样，需立即处理。一旦出现突发性胸痛、胸闷、气急等症状，应立即就医。”

气胸可预防可治疗

吴其琛认为，预防气胸首先要从减少危险因素入手。年轻人要避免举重、潜水、马拉松等高强度运动和过度用力，尤其是已知有肺大泡的人群。老年人则要戒烟，减少粉尘吸入，控制慢性疾病。

丁国正建议家庭中应避免二手烟和三手烟的暴露，建议公众从小养成良好生活习惯，不挑食、不偏食，戒烟，减少熬夜，注意生活环境中的空气污染。

此外，定期体检也非常重要。

“体检可及时发现肺部潜在问题，早发现早治疗。”吴其琛呼吁重视自身健康，尤其是有家族病史或已知肺部疾病的人群，更应提高警惕。

治疗方面，吴其琛介绍，如果气胸较轻（气体量少于20%），且无明显症状，可通过休息自行恢复；如果气体量较多，通常需要通过引流管排出胸腔内的气体。如果是反复发作或有明显肺大泡的患者，建议进行胸腔镜手术切除肺大泡。

对于气胸患者康复后的运动建议，吴其琛表示，康复时间因人而异，一般来说，年轻人在术后两周左右可以开始进行慢跑等适度运动，而老年人则需要更长时间的恢复。

专家呼吁消除认知误区

“气胸的治疗相对简单，大多数患者在县级医院即可得到有效治疗。”丁国正说，公众对气胸的认知存在误区，认为它是一种严重的疾病，难以治愈，但实际上，只要及时发现、及时就医，大多数患者都可以恢复健康，无需过度恐慌。“如果出现了一些症状，要及时就诊，就近就医就行。”

总而言之，气胸虽是一种突发性疾病，但通过了解其成因、高发人群以及预防措施，公众可以有效降低发病风险。两位专家共同呼吁大家重视气胸的预防，正确认识气胸，关注自身健康，远离气胸的威胁。

本周雨水“开场” 最高气温低于27℃

本报讯(见习记者 唐秀婷) 昨天3时56分，迎来谷雨节气。眼下，“雨生百谷”时令大戏的帷幕才刚拉开，雨水就踩着节拍“登台献艺”了。

据中央气象台预报，冷空气与暖湿气流这对“欢喜冤家”在高空激烈“斗法”，今明两天中东部地区有一次降水过程，其中今天是降水最强时段。23日至24日还将有新一轮冷空气接踵而至，冷空气“无缝衔接”下气温也会呈现多起伏的状态。

聚焦4月下旬的天气剧场，晴雨将上演即兴戏剧。今日至明日全市有中到大雨，部分地区暴雨，降水期间可能伴有雷暴大风、短时强降水等强对流天气；24日我市南部仍有阵雨或雷雨“加戏”；26日至27日，雨水再度“返场”，开启新一轮降水篇章。好在本旬其他时段仍会有晴天“客串出场”。晴雨交替间，预计我市大部分地区本旬降水量在30~50毫米间，局地超过80毫米。

气温方面，冷空气将持续施展“封印术”，今天至27日全市大部分地区最高气温普遍被“封印”在27℃以下，迫不及待想穿短袖的市民恐怕还得等多等上几天。28日之后气温开始蓄力往上攀升，月底或将冲破30℃大关。

气象部门提醒，市民朋友要根据天气情况做好规划，尽量避开强降雨时段外出，出行注意交通安全，随身携带雨具以防淋雨受寒。气温起伏易引发感冒，建议采用“洋葱式穿衣法”，根据温度变化及时增减衣物，切莫贪凉。

今明两天天气情况：今日，中雨转大雨，20~24℃；明日，小雨转多云，16~23℃。

