

小兒細支氣管炎

文/兒童部 孫海倫 主任

細支氣管炎是嬰兒常見的疾病，由於寶寶呼吸時會發出「咻咻咻」的喘鳴聲，很多家長因此擔心是不是有氣喘？

細支氣管炎大多是病毒感染，主要由呼吸道融合病毒(RSV)、副流行性感冒病毒、腺病毒等病毒感染造成的，其中又以呼吸道融合病毒是最大殺手。由於呼吸道內的細小氣管發炎，造成痰多、細小氣管黏膜腫脹，所以小氣道變得更狹窄，而引發孩子咳嗽、喘鳴聲及呼吸困難，易發生在2歲以前的幼童，尤其6個月以下嬰兒，細支氣管炎也常造成托兒所或團體中的大流行。

細支氣管炎的初期症狀類似感冒，有發燒、流鼻水、咳嗽，接著逐漸咳嗽加劇、呼吸速率變快，吐氣出現喘鳴聲(類似吹笛子的咻咻聲)，肋骨間及肋骨下方與腹部交接處的皮膚隨呼吸出現凹陷起伏，呼吸喘的現象，大部份的小孩會有食慾不振的現象，嬰幼兒則會表現吸吮困難，且常常睡不安好，夜半容易醒來。3~5天後喘鳴音會得到改善，但是咳嗽及鼻塞可以持續1~2星期。

細支氣管炎的病情可輕可重，輕微者不需特別治療，教導家長給孩子吸入溫熱空氣(可將熱水放在臉盆裡讓他吸熱蒸氣，黏膜濕潤後會比較舒服)，來增加化痰效果，並配合拍痰(於飯前或飯後2小時，五指併攏，以空心掌的方式拍小朋友的肩胛骨，拍至少5到10分鐘。)及引流。

家長們在面對孩子急性期時，應安撫孩子、避免哭鬧，過度活動會使喘鳴惡化；多補充水份，少量多餐餵食，按時服用症狀治療的藥物及門診追蹤。



在孩子出現呼吸困難時，有些則需要住院給予氧氣和點滴注射。通常嚴重的症狀大約5至7天左右會改善，不過咳嗽、流鼻水有時會拖個幾星期，尤其孩子本身就有過敏體質的話，那可能會咳好一段時間。

最近溫差大，回暖幾天可能又要變冷了。據統計，2歲以下嬰幼兒至少一半都曾得過細支氣管炎，雖然沒有特別好的預防方法，但爸媽應注意流行期間，減少帶孩子出入人多擁擠的公共場所，平時要注意保暖、勤洗手，必要時戴口罩，注意個人衛生，維持孩子最佳的營養與適當的運動，仍是最佳的保健之道。