



(續)

- 哮喘病是否總在一天的某個時間發作？（早上、晚上）
- 哮喘病是否只是在某些地方發作？（家裏、學校）

凡事往好處想！

好消息是，依靠恰當的治療，患有哮喘病的孩子們可以參加各種活動而不受限制。好的醫生可以幫助您找到誘發您的子女哮喘病的原因。然後，他或她將會向您解釋，正確的藥物如何可以幫助預防哮喘病的發作以及如何減少您的子女暴露於細菌和其他哮喘病誘發物的機會。

要找到好的醫生和醫療方法是需要花時間的，但是，這樣的時間花得值得。您的努力會幫助您的子女可以象他或者她那些沒有患哮喘病的朋友們一樣健康和活躍。

尋求幫助和支持

若要詳細瞭解哮喘病，請聯絡以下部門：

美國肺病防治協會 (American Lung Association), 212-315-8700,
www.lungusa.org

全國猶太人中心之肺部治療熱線
(National Jewish Center's Lung Line),
800-222-5864

美國過敏、哮喘和免疫學院
(The American College of Allergy,
Asthma, and Immunology), 800-822-2762,
www.acaai.org

哮喘和過敏聯網/ 哮喘患者的
母親 (Asthma and Allergy Network /
Mothers of Asthmatics), 800-878-4403,
www.aanma.org

對患哮喘病青少年的援助 (Support
for Asthmatic Youth), 516-625-5735



不要讓
哮喘
使您的子女
透不過氣來！



State of New York
George E. Pataki, Governor
Department of Health

Antonia C. Novello, M.D., MPH, Dr. P.H. Commissioner

哮喘病是什麼？

哮喘病是一種引起嚴重的氣喘和咳嗽的疾病。每十名美國兒童之中就有一名患有哮喘病。雖然哮喘病並非總是可以預防的，但是，如果我們有適當的藥物和資訊，我們是可以控制它的。

什麼原因引起哮喘病？

我們並非總是知道引起哮喘病的原因。每個人患上哮喘病的原因各不相同。最常見的原因有：

- 煙，主要是香煙的煙霧
- 動物的小微細物（毛皮、毛髮、羽毛或皮膚上的微粒）
- 霉
- 塵埃中的小蟲（生活在塵埃中極小的動物）
- 蟑螂及其糞便
- 病毒
- 亞硫酸鹽（用於某些不含酒精的飲料和加工食物的化學物）



哮喘病有哪些癥狀

如果您的子女有以下任何問題，那麼他或者她就可能患有哮喘病：

- 氣喘
- 開始得很突然
- 早上或凌晨可能會比較嚴重
- 暴露在冷空氣中時可能會比較嚴重
- 在做運動的時候可能會比較嚴重
- 咳嗽
- 胸部緊束
- 胸部疼痛
- 喘不過氣來
- 挾液過多

還有沒有其他癥狀顯示我的子女患有哮喘病的？

其他一些癥狀有時也與哮喘病有關連。它們可能包括：

- 鼻子堵塞或流鼻涕
- 靜脈竇的問題
- 鼻部息肉（鼻子內部生出物）

可不可以避免哮喘病？

無論您怎樣嘗試，也不一定可以預防哮喘病。但是，您可以減少您的子女暴露於可能導致哮喘病的東西，尤其是在初期。您應該：

- 確保您的家里無煙。
- 不要讓寵物進入您的子女的房間或屋子裏。

- 盡量長時間地用母乳喂孩子。母乳含有可以推遲甚至防止過敏症的抗體。
- 盡量讓您的子女的房間一塵不染。
- 閱讀所有的食物標籤，以避免您的子女過敏的食物。



可不可以治療和控制哮喘病？

可以！您一旦得知您的子女患有哮喘病，您應該找一位您和您的子女都喜歡的醫生，並且只由那一位醫生治療您的子女的哮喘病。您的醫生越是瞭解您的子女，他或她就越可以控制您的子女的哮喘病。以下問題的答案可以幫助您的醫生更好地治療您的子女的哮喘病：

- 哮喘病只是在某些季節發作還是全年都有發作？
- 您的子女是突然發作還是開始時癥狀較輕微、然後逐漸嚴重起來？
- 您的子女的哮喘病多長時間發作一次？
- 每次發作持續多長時間？（分鐘、小時、天）