

这种“沉默的杀手”专盯吸烟者

医生：慢阻肺高危人群应尽早筛查、规范治疗

“慢阻肺引起了呼吸衰竭，幸亏及时送到医院！”当老李（化姓）在医院抢救室得知，被自己忽略了5年的慢阻肺这个“定时炸弹”突然爆发，懊悔不已。宁波市医疗中心李惠利医院呼吸与危重症医学科沈世莱副主任医师提醒：慢阻肺早期症状不明显，只是咳嗽或轻微气促，和普通感冒差不多，极易错过干预的黄金窗口期。她呼吁，高危人群应尽早筛查、规范治疗，别让沉默的损伤演变成不可逆的呼吸衰竭。



沈世莱医生正在为患者做治疗。

1 一次感冒后，他的血氧跌破80%

老李今年73岁，烟龄超过40年。5年前一次感冒后就诊，他被确诊为早期慢阻肺。医生为他开了药，并提醒他要规律用药，按时随访。不过，他等到感冒好了就自行停药了。“我又不难受，不需要吃药。”老李说。

此后，老李偶尔出现呼吸道感染，治疗后都能得到控制。然而渐渐地，他开始在爬楼梯时感到明显气喘，却误以为是年纪大了、体力下降，并未引起重视。直到这波冷空气来袭，他感染了甲流，高烧一天后老李突然出现胸

闷、严重呼吸困难和嗜睡等症状，家人见状立即把他送往李惠利医院急诊科。

当时，老李的血氧饱和度已跌破80%（正常值通常在95%以上）。接诊医生立即进行血气分析，结果显示二氧化碳分压飙升至80mmHg以上，诊断为感染引发的急性呼吸衰竭。医生迅速为他戴上无创呼吸机，并开展针对性治疗。待病情稳定后，结合肺功能检查，发现其肺功能已处于重度不全状态，仅为正常人的一半不到。

2 早期症状和感冒类似，容易被忽视

李惠利医院呼吸与危重症医学科沈世莱副主任医师介绍，慢阻肺病，即慢性阻塞性肺疾病（COPD），这是一种常见的呼吸系统慢性病。慢阻肺的早期症状往往不明显，仅表现为咳嗽和轻度气促。严重时，患者体内二氧化碳无法有效排出，甚至可能引发呼吸衰竭，乃至昏迷。

据统计，慢阻肺在40岁以上人群中的发病率高达12.1%，且男性患病率明显高于女性。随着我国人口老龄化不断加剧，全国慢阻肺患者已接近1亿人，每年约有100万人因该病死亡，使其成为继中风、缺血性心脏病和肺癌之后，我国第四大致死疾病，被称为“沉默的杀手”。

“慢阻肺早期症状往往不典型，容易让人掉以轻心。到了中晚期慢阻肺，患者即使进

行穿衣、洗脸、吃饭等日常轻微活动，也可能出现明显气促，严重时甚至因呼吸困难而彻夜难眠。此时，他们的肺功能往往已降至同龄正常人的50%以下，甚至更低。正因早期隐匿、症状易被误解，我们在临床上接诊的多数慢阻肺患者，初次确诊时往往已是中晚期。”沈世莱无奈地表示。

慢阻肺的致病因素有很多，其中吸烟是最主要的危险因素。烟龄超过10年的人群，患慢阻肺的风险显著升高。长期吸烟会导致肺部气道持续受到刺激，引发慢性炎症，进而造成气道狭窄和肺泡结构破坏，最终影响肺功能。

此外，空气污染、职业性粉尘暴露（如煤矿、建筑工地等）、厨房油烟、有害气体吸入，以及反复的呼吸道感染，也都是慢阻肺的重要诱因。

3 肺功能检查是“金标准”

慢阻肺是一种需要长期甚至终身规范管理的慢性疾病，但现实中不少患者在症状稍有缓解后便擅自停药，导致病情反复甚至加速恶化。“慢阻肺和高血压、糖尿病一样，属于可防可控但无法根治的慢性病。”沈世莱强调，“因此，肺功能监测应像量血压、测血糖一样，成为日常健康管理的一部分。”

她特别指出，肺功能检查是诊断慢阻肺的“金标准”，能够早期发现隐匿的气流受限。为此，她建议，40岁及以上尤其是有吸烟

史或其他危险因素的人群，在常规体检中务必加入肺功能检查；而对于已经确诊的慢阻肺患者，则应每年定期复查肺功能，以便医生根据病情变化及时调整治疗方案。

“早发现、早诊断、早干预，是延缓疾病进展、维持良好生活质量的关键。”沈世莱一再提醒，要坚决戒烟，减少油烟、粉尘暴露，保持室内通风，避免受凉和感染。慢阻肺病患者和老年人接种流感疫苗、肺炎球菌疫苗，可显著降低呼吸道感染和急性加重风险。

记者 陆麒雯 通讯员 徐晨燕 文/摄

只因挤了脸上一颗痘痘 20岁小伙肺里布满空洞

20岁的小林是名大二学生，前段时间为了准备考试，熬了几晚后脸上冒出一颗黄豆大小的痘痘。“又红又肿的很难看，我就想着挤掉能快点好。”他回忆道，当时没洗手就对着镜子挤痘痘，脓水挤出来时，他还觉得终于清爽了。

可过了几天，痘痘依旧化脓了，更糟糕的是，小林开始发烧咳嗽咳痰，即便吃了退烧药也只是暂时退下去，右下胸部传来的疼痛像有根针在扎，深呼吸、咳嗽时更是疼得他直冒冷汗。

熬到第三天，小林已经烧到39℃，赶紧来到宁波大学附属第一医院就诊。接诊的丁群力主任医师一看他的症状，立刻安排了CT检查。结果显示：小林的肺里有十几个空洞，部分肺组织已经坏死，这是典型的血源性肺脓肿。

进一步的细菌培养和基因检测揭开了真相，小林的血液里检出了金黄色葡萄球菌，这种细菌，就藏在每个人的皮肤表面。“‘罪魁祸首’就是那颗被挤掉的痘痘。”丁群力解释，“这颗痘痘长在脸部‘危险三角区’，挤痘痘时的压力把细菌推进了血管，引发了败血症，接着细菌顺着血流跑到肺部，侵蚀肺组织。”

万幸小林年轻，身体底子好，对药物也较为敏感，经过12天的抗生素治疗，最终顺利康复出院。

很多人挤痘前都不知道，脸部藏着一块“危险三角区”，具体是指从鼻根到两侧口角形成的三角形范围。“我们身体里的血管大多有静脉瓣，就像单向阀门一样，能防止血液逆流，避免细菌跟着血液乱跑。但‘危险三角区’的血管偏偏没有这个阀门，是完全直通式的。”丁群力介绍。像小林这样，当细菌跑到肺组织上后，就会开始疯狂破坏肺细胞，引发局部炎症。随着炎症加重，肺组织会逐渐坏死、液化，最终形成一个个空洞。

如果没有及时就医，风险还会持续升级，轻则导致肺脓腔破裂，引发脓胸、脓气胸，胸腔里积满脓液，重则细菌会再次扩散到肝脏、心脏等关键器官，甚至引发脓毒症休克，危及生命。

记者 任诗好 通讯员 庞赞

分类信息 联系人：姚老师 87682086 截稿时间：工作日当天16:00
13884469746 (微信同号)

《宁波晚报》分类广告，承接遗失、声明、公告、商务等类信息。

●吴益锋不慎遗失以下不动产 发票原件，现声明作废：发票 代码：033022000105，发票号 码：01234535。不动产信息： 铸坊街51号、豫源街105号-2 -346产权车位。声明人：方松 楠。日期：2025年11月25日	●宁波徽多服饰有限公司遗失 公章一枚，编号：3302121018 3249，声明作废
●宁波宇涵食品有限公司遗失 财务章一枚，编号33020610 055797，声明作废	●宁波弘领教育科技有限公司 遗失法人章（华梓仁）、 财务章各一枚，声明作废
	●AKKOL LIMITED遗失浙江稠州 商业银行股份有限公司宁波分 行开户许可证，核准号J332008 1077701，声明作废

声明

我司原职员高巧丽女士已于2025年11月16日与我司解除劳动关系。自该日起，其一切对外行为（包括但不限于业务洽谈、合同签订、款项收取等）均属个人行为，不代表本公司，我司不承担由此产生的任何法律责任。对于高巧丽女士担任总经理、财务负责人、法定代表人在职期间，以本公司名义所从事的一切活动及所签署的一切文件，其行为是否属于职务行为、是否真正代表公司意志，以及由此产生的法律责任是否应由本公司承担，均应以有权机关（包括但不限于人民法院、仲裁机构）的最终生效法律文书为准。特此声明！

宁波焱焱文化传媒有限公司
2025年11月25日