

老年人肺炎都有哪些症状？该如何治疗？

周稳根

巴中市通江县新区医院 636700

【中图分类号】R563.1

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2023) 08-089-02

老年人肺炎在我们的身边非常常见，对老年人的正常生活影响非常大，甚至会危及老年人的生命安全。所以，了解老年人肺炎的症状，对老年人肺炎的治疗方法进行掌握非常重要。下面我们就一起对老年人肺炎的科普知识一起了解一下吧。

一、什么是老年肺炎？

老年肺炎是一种严重的肺部感染性疾病，具有起病隐匿、症状不典型、多样化、病情变化快、容易误诊、并发症多、预后差、死亡率高的特点，尤其是在 60 岁及以上的老年人中发病率较高。老年肺炎的危害不容小觑，其症状往往比年轻人更严重，并且可能导致更高的死亡风险。

老年肺炎的定义是指发生在老年人身上的各种类型的肺炎，包括社区获得性肺炎（CAP）、医院获得性肺炎（HAP）和慢性阻塞性肺疾病（COPD）等相关疾病。这些疾病多数是由细菌、病毒、支原体等微生物感染引起的。

二、老年肺炎有哪些症状？

• 寒战、高热

寒战、高热是老年肺炎的典型症状之一。患者会突然感到寒冷，随后出现高热，体温可高达 39℃ -40℃，这种高热通常呈稽留热型，伴有头痛和全身肌肉酸软。使用抗生素后热型可能会变得不典型，年老体弱者仅有低热或不发热。

• 咳嗽、咳痰

咳嗽通常在早期表现为刺激性干咳，继而会咳出白色黏液痰或带血丝痰。1-2 天后，患者可能咳出黏液血性痰、铁锈色痰或脓性痰，痰量增多，痰黄而稀薄。这些症状可能会因人而异，具体需要通过医生的检查来判断。

• 胸痛、呼吸困难

胸痛是老年肺炎的常见症状之一，常表现为针刺样痛，随咳嗽或深呼吸而加重，可向肩或腹部放射。下叶肺炎还可能刺激膈膜引起腹痛，这可能会被误诊为急腹症。此外，因肺实变导致通气不足、气体交换障碍、动脉血氧饱和度降低而出现发绀、胸痛、呼吸困难等症状。

• 其他症状

除了上述的典型症状外，老年肺炎还可能表现出其他症状。有些患者可能会有恶心、呕吐、腹胀或腹泻等胃肠道症状。在严重的情况下，可能会出现神志模糊、烦躁、嗜睡、昏迷等症状。这些症状可能会因人而异，具体需要通过医生的检查来判断。

三、老年肺炎有哪些危害？

• 诱发其他疾病

老年肺炎可能诱发其他疾病，特别是对于原来就患有其他慢性疾病的老年人来说，肺炎对身体的危害更加严重。例如，原来患有心血管疾病的老年人，一旦患有肺炎，可能会加重原有心脏血管疾病，甚至诱发冠心病。此外，肺炎还容易导致患者原有的慢性肾脏疾病、糖尿病等加重。

• 影响呼吸系统

老年肺炎会影响呼吸系统，使呼吸系统的通气和换气功能受到影响。这可能会导致呼吸困难、咳嗽、咳痰等症状。这

些症状可能会加重原有哮喘、气管炎、慢阻肺等疾病，严重影响老年人的生活质量。

• 危及生命

老年肺炎如果得不到及时的治疗，病情可能会恶化，甚至危及生命。肺炎可能引发严重的并发症，如呼吸衰竭、心力衰竭等，这些并发症可能会对老年人的生命造成威胁。

• 影响生活质量

患有老年肺炎的老年人，生活质量会受到很大影响。由于身体不适，老年人可能会变得虚弱、无助，甚至无法自理。这不仅给老年人自身带来极大的痛苦，也给家庭和社会带来一定的负担。

四、如何治疗老年肺炎？

• 老年肺炎的治疗原则

①抗感染治疗：针对病原体的抗生素治疗是老年肺炎治疗的关键。医生需要根据患者的病情和病原体类型选择合适的抗生素。②辅助治疗：包括吸氧、解热镇痛、止咳化痰、营养支持等治疗措施，以缓解患者的症状和改善生活质量。③并发症处理：老年肺炎患者往往伴有多种慢性疾病，如高血压、糖尿病、冠心病等，需要同时治疗这些并发症，以利于肺炎的治疗和康复。④免疫调节：老年肺炎患者的免疫系统较弱，可以通过注射免疫球蛋白、使用免疫调节药物等方法来增强患者的免疫力，预防感染的发生。

• 老年肺炎治疗药物和方法

①抗生素治疗：根据病原体的类型和病情的严重程度，选用敏感的抗生素进行治疗。如头孢菌素类、大环内酯类、氟喹诺酮类等。②抗病毒治疗：对于病毒性肺炎，可以使用一些抗病毒药物，如奥司他韦、利巴韦林等。③免疫治疗：使用免疫调节药物，如胸腺肽、干扰素等，来增强患者的免疫力，预防感染的发生。④氧疗：对于缺氧的患者，可以给予吸氧治疗，以维持患者身体的氧气需求。⑤支持治疗：给予患者充分的营养支持、水分补充等，以维持患者的身体机能。

• 老年肺炎治疗注意事项

①及时诊断和治疗：老年肺炎的症状往往不典型，容易误诊和漏诊。因此，对于老年人出现发热、咳嗽、呼吸困难等症状时，应及时就医，明确诊断，尽早进行治疗。②定期复查：老年肺炎患者的病情容易反复发作，需要定期进行复查，及时调整治疗方案。③预防为主：对于老年肺炎患者，预防重于治疗。可以通过接种疫苗、保持室内空气流通、加强个人卫生等措施来预防感染的发生。④关注患者的营养状况：老年肺炎患者往往食欲不振，营养摄入不足，需要给予患者易消化、高蛋白、高维生素的食物，以增强患者的身体免疫力。⑤注意药物的不良反应：老年肺炎患者往往需要同时使用多种药物进行治疗，需要注意药物的不良反应，如肝肾功能损害、过敏反应等，及时调整药物剂量或更换药物。

五、如何预防老年肺炎？

（下转第 90 页）

慢支、肺气肿和慢阻肺，你分清楚了吗？

杜灵芝

川北医学院附属成都新华医院 610000

【中图分类号】R563.1

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2023) 08-090-01

在我们的日常生活中，我们可能经常听到慢支、肺气肿和慢阻肺这些词，但是你是否真正了解它们之间的差异呢？让我们一起来看看这三种疾病在症状、检查、治疗、发病因素和并发症方面的差异。

首先，让我们来看看它们在症状上的区别。慢支、肺气肿和慢阻肺都是慢性呼吸系统疾病，但它们的症状有所不同。慢支主要表现为咳嗽、咳痰和呼吸困难，尤其在清晨和夜间症状加重。肺气肿则主要表现为气短和呼吸困难，特别是在体力活动时。而慢阻肺则是这两种疾病的结合，患者既有慢支的症状，也有肺气肿的症状。

其次，我们来看看它们在检查手段上的差异。对于慢支的诊断，医生通常会进行肺功能检查，包括呼气峰流速（PEF）和强迫呼气容积（FEV1）等指标的测量。而对于肺气肿和慢阻肺的诊断，则需要进行肺功能测试和胸部 X 射线或 CT 扫描等影像学检查，以评估肺部的情况。

其三，在治疗方法方面，慢支的治疗主要包括使用支气管扩张剂、抗炎药物和黏液溶解剂来缓解症状。肺气肿的治疗主要是通过吸氧、药物治疗和肺康复来改善患者的呼吸功能。慢阻肺的治疗则是综合考虑慢支和肺气肿的治疗方法，根据患者的具体情况制定个体化的治疗方案。对于肺气肿和慢阻肺，治疗重点是通过吸氧、药物治疗、肺康复和手术等方式来改善患者的呼吸功能。

其四，在发病因素和并发症方面的差异。慢支的主要发病因素是吸烟和空气污染，而肺气肿和慢阻肺的主要发病因素则是长期吸烟。此外，慢支和慢阻肺容易引发呼吸道感染，而肺气肿则容易导致肺部感染和肺功能衰竭等严重并发症。在疾病病因方面，慢支主要是由于慢性支气管炎引起的而肺气肿则是由于长期吸烟或长期暴露在有害气体和颗粒物中引起的。慢阻肺则是慢支和肺气肿的结合，患者同时存在慢性支气管炎和肺气肿。在病理生理方面，慢支主要是由于支气

管黏膜的慢性炎症和痉挛导致气道狭窄和阻塞，从而引起呼吸困难。肺气肿则是由于肺组织的气体潴留和肺弹性组织的破坏，导致肺容积增大和呼吸困难。慢阻肺则是这两种病理生理的结合，患者同时存在气道狭窄和肺容积增大。

最后，我们来看看人们对这三种疾病容易产生的错误观念。一些人可能会误认为慢支、肺气肿和慢阻肺是同一种疾病，或者将它们与其他呼吸系统疾病混淆。正确的认知是，尽管它们有一些相似之处，但它们是不同的疾病，有着不同的症状、检查和治疗方法。另外，一些人可能会忽视吸烟对这些疾病的影响，或者认为只有吸烟者才会患上这些疾病。正确的认知是，虽然吸烟是主要的发病因素，但也有非吸烟者患上这些疾病的情况存在。在发病影响因素方面，除了吸烟和空气污染外，遗传因素、职业暴露、呼吸道感染等也可能对这些疾病的发生起到一定的影响。此外，长期吸烟和暴露在有害气体和颗粒物中的人群更容易患上这些疾病。对于人们容易产生的错误观念，除了之提到的混淆和误解外，还有一些其他的观念需要纠正。例如，一些人可能会认为这些疾病只影响老年人，但事实上，年轻人也可能患上这些疾病，尤其是吸烟者。另外，一些人可能会忽视早期症状，认为只有在症状严重时才需要就医。然而，早期诊断和治疗可以提高治疗效果，减轻症状和并发症的发生。

总而言之，慢支、肺气肿和慢阻肺在病因、病理生理、治疗方法和发病影响因素等方面存在差异。正确的认知和了解可以帮助我们更好地预防和管理这些疾病。如果你或你身边的人有相关症状，建议及时就医，接受专业的诊断和治疗。同时，保持健康的生活方式，如戒烟、避免空污染、定期锻炼等，也是预防这些疾病的重要措施。在使用药物治疗慢支、肺气肿和慢阻肺时，应遵循医生的嘱咐，注意药物的副作用和相互作用，定期复查和监测，同时结合其他治疗手段，以达到最佳的治疗效果。如果有任何疑问或不适，应及时咨询医生。

（上接第 89 页）

- 保持室内空气流通

老年人居住的环境应保持空气流通，尽量避免潮湿和密闭的环境。定期开窗通风，保持室内空气清新，有助于减少细菌滋生的机会。

- 避免接触感染源

老年人应尽量避免接触呼吸道感染患者，如发现有呼吸道感染症状的亲友或邻居，可以佩戴口罩加以防护。同时，避免在人群密集的地方长时间停留，以减少感染的风险。

- 合理饮食

老年人应保持营养均衡的饮食，选择富含维生素和蛋白质的食物，如新鲜蔬菜、水果、鱼肉、鸡肉等。避免过多食用高糖、高脂、加工食品，以免加重身体负担。

- 适当运动

适当的运动有助于提高老年人的免疫力，预防肺炎的发生。

老年人可选择低强度有氧运动，如散步、瑜伽、普拉提等，每天坚持锻炼 30 分钟左右，以达到锻炼身体的目的。

- 接种疫苗

老年人可以接种流感疫苗和肺炎疫苗，以增强身体对细菌和病毒的抵抗力。根据医生建议，及时接种疫苗，能够在一定程度上预防老年肺炎的发生。

- 预防感染

老年人应保持良好的个人卫生习惯，勤洗手、洗脸、漱口等。避免与呼吸道感染患者接触，如有必要，可以佩戴口罩加以防护。同时，老年人应根据气温变化及时增减衣物，避免感冒和感染的发生。

总之，老年肺炎的治疗需要综合考虑患者的病情、病原体类型、并发症等因素，选择合适的治疗药物和方法，同时也需要注意预防措施和关注患者的营养状况。及早诊断和合理治疗是提高老年肺炎治愈率和预后的关键。