

- 一、原因：細支氣管平滑肌的痙攣，細支氣管黏膜的發炎與水腫。
- 二、症狀：典型的氣喘症狀：包括慢性咳嗽，出現喘鳴咻咻聲，呼吸困難及胸悶等…很多兒童氣喘是以慢性咳嗽為主要症狀，通常發生在睡覺時，快天亮時，剛睡醒時，或是運動的時候。此外，呼吸道感染時特別容易引起氣喘急性發作，因此若在感冒之後，出現久咳不癒或呼吸急促，可能要高度懷疑氣喘。
- 三、護理措施：
 1. 遠離過敏原食物，例如：冰淇淋、冰汽水、蛋、花生、巧克力、海鮮。
 2. 去除灰塵地方，例如：地毯、厚重窗簾、沙發、毛毯。
 3. 給予藥物，例如：支氣管擴張劑。
 4. 運動：以增加抵抗力，但不激烈運動。。
 5. 對寵物過敏者，避免將寵物飼養在屋內。
 6. 衣物選擇，採不容易沾粘灰塵、透氣、涼爽、適度保溫為主。
 7. 保持乾淨空氣：用吸塵器將紗窗、屋角、天花板吸乾淨，清洗冷氣的出風口及濾網。
 8. 使用防塵枕套、非棉製品的床單、枕頭。
 9. 建議使用原木或塑膠傢具。