

工作与慢性阻塞性肺病



劳工处
职业安全及健康部



本小册子由劳工处职业安全及健康部编印

2008 年 3 月版

本小册子可以在劳工处职业安全及健康部各办事处免费索取，亦可于劳工处网站 http://www.labour.gov.hk/public/content2_9.htm 直接下载。查询各办事处的详细地址及电话，请致电 2559 2297。

欢迎读者复印本册子，但作广告、批核或商业用途者除外。如须复印，请注明录自劳工处刊物《工作与慢性阻塞性肺病》。

工作与慢性阻塞性肺病



甚么是慢性阻塞性肺病

慢性阻塞性肺病（简称慢阻肺病）是一种会持续恶化的慢性呼吸道疾病。患者的气管会因发炎，扭曲和失去正常肺组织的支持而变得狭窄，加上气管壁增厚和肿胀，气管道分泌增加，令空气进出呼吸道受阻而导致呼吸困难。

一般而言，慢阻肺病包括「慢性支气管炎」及「肺气肿」。

「慢性支气管炎」是指呼吸道分泌过多，以致连续两年每年至少三个月以上的大部份时间有咳痰症状。

「肺气肿」乃指终末细支气管以下之气道有不正常且永久之扩大和肺泡壁损毁，引致空气滞留于涨大的气泡内。

导致慢性阻塞性肺病的原因

1. 吸烟

吸烟是导致慢阻肺病的主要成因，90%的患者曾经或现正为吸烟者。香烟、雪茄、烟斗等的有害烟雾皆会刺激小气管增加分泌及引致发炎，损坏气管壁及肺组织。长期吸入二手烟亦可导致慢阻肺病。



2. 工作环境中的粉尘、烟雾或刺激性气体

工作如需长时间暴露于大量有害物质，例如煤尘、矽尘和烧焊时所产生的烟雾等，都可引致慢阻肺病。

3. 空气污染

空气中的污染物，例如煮食时产生的油烟及汽车排出的废气亦可能增加患上慢阻肺病的风险。



4. 遗传

某种基因缺陷引致酵素不足亦是慢阻肺病的成因之一。



徵状

- 痰多及经常咳嗽
- 气促
 - 发生于患者进行体力劳动时
 - 严重时甚至致在休息也感到呼吸困难



并发症

常见的并发症包括肺炎、气胸及肺原性心脏病等。

肺炎

- 患者的气管因病变而导致细胞分泌增加，加上吸烟会减低肺部抵抗力，容易引致肺炎。

气胸

- 由于损毁的肺泡壁破裂，空气进入胸膜腔内而产生气胸。患者一般会突然感到胸部刺痛及呼吸困难。

肺原性心脏病

- 肺功能下降，血液含氧量也随之降低，右心房及心室负荷增加而导致继发性心脏病。严重时会引起心脏及肺部功能衰竭。

治疗方法

戒烟

- 患者可透过行为治疗、辅导和药物等方法戒烟
- 戒烟不但可以预防慢阻肺病，亦可减慢病情恶化，所以若患者是吸烟人士就必须戒烟
- 戒烟后，痰多及咳嗽等征状很快会得到改善



药物治疗

- 药物可纾缓征状及减低并发症产生的机会

支气管扩张剂

- 有吸入剂及口服剂两种，用作松弛支气管肌肉，使气道扩张和减低呼吸受阻
- 由于可直达肺部，吸入剂比口服剂更为有效及更少副作用
- 副作用：例如头晕、心跳、手震等

类固醇药物

- 吸入式类固醇能令部份情况稳定的患者之气管更为畅通，从而改善其肺功能
- 口服或静脉注射类固醇可改善急性病重患者的病情，加快复原
- 副作用：吸入式类固醇一般不会有严重的副作用，口服或静脉注射类固醇则可能引致水肿、肥胖和毛发增生等



抗生素

- 用作治疗细菌性感染，避免肺部永久性受损

氧气治疗

- 慢阻肺病的患者一般在后期可能会出现缺氧的情况，因此需要长期使用氧气，增加血液的含氧量和改善心肺功能
- 氧气治疗亦可延长患者的寿命和减低入院次数



手术

- 在部份患者中，切除气肿性肺部物质或肺气肿大泡，能有助改善肺功能及日常生活

健康生活方式

- 良好饮食习惯
- 恒常运动



参与康复治疗计划

- 透过健康教育、有氧运动训练、营养辅导及职业治疗，可改善患者身体带氧功能及生活质素

防疫注射

- 接受流行性感冒防疫注射，减低患上流感及其并发症的机会



工作如何影响慢性阻塞性肺病

- 工作上某些情况或需要，可能会影响慢阻肺病的稳定性，患者要特别留意，例如：

1. 工作压力

可导致情绪紧张，血压上升和气管收缩而引致气促



2. 体力需求

当工作量大及需要大量体力时，身体耗氧量会增加，容易令患者出现气促



3. 寒冷环境

于低温环境工作会刺激气管收缩，引致咳嗽，甚致出现气喘和呼吸困难等情况



4. 工作环境中的粉尘、烟雾或刺激性气体

会刺激患者的气管，令分泌增多及引起咳嗽、气促等。严重时更会因气管收缩而导致窒息，危害生命



- 患者应采取适当的预防措施以防止病情恶化

慢性阻塞性肺病如何影响工作

慢阻肺病患者初期征状轻微，对工作影响不大。但当患者病情转坏及出现并发症时，便有可能影响工作。

1. 治疗控制方面

- 假如慢性阻塞性肺病受到控制及保持稳定，一般是不会对工作构成影响的
- 部份患者会因使用支气管扩张剂和服用药物而产生头晕、手震等副作用，可能会危害自己及他人的安全。因此，在选择工作时，应避免一些危险性高或因自己的身体状况而可影响安全的工作，例如：
 - 在四周无人的地方单独工作
 - 在远离医疗设施的偏远地区工作
 - 在危险的环境工作，例如在高空、水上、水中、地底、密闭空间、空气中含有大量尘埃及刺激性物质等
 - 消防、救护等工作

2. 并发症方面

慢阻肺病会持续恶化及引致多种并发症，例如肺炎、气胸及心脏衰竭等，影响工作能力。所以患者必须定期复诊，以便医生及早作出诊治，并就工作安全及健康方面提供专业意见。

慢性阻塞性肺病患者应该

- 了解自己所患的病



- 清楚药物的效用及其副作用



- 遵从医护人员的治疗指示，定期复诊



- 积极参与康复治疗计划

- 如须要在空气严重污浊或含有大量刺激性物质的环境工作，应先征询医生的专业意见



- 要携带足够药物出外，尤其是到海外工作

爱心支援咭

在工作期间，慢阻肺病患者最大的风险是气管突然收窄，导致窒息。为保障你自己的安全，工作时随身携带劳工处设计的爱心支援咭，便可以在紧急情况时，让你的同事及医护人员及时了解你的病况和相关资料，尽快给予所需的支援及治疗。



| ☑ 愛心支援咭 | |
|---------------|--|
| 姓名: | |
| 疾病: | |
| 现服用的藥物: | |
| 診治醫院/診所: (名稱) | |
| (地址/電話) | |

咨询服务

如你对本小册子有任何疑问或想查询其他职业健康及卫生事宜，可与劳工处职业安全及健康部联络：

电话：2852 4041

传真：2581 2049

电邮：enquiry@labour.gov.hk

你亦可透过互联网，找到劳工处提供的各项服务及主要劳工法例的资料。本处网址是：<http://www.labour.gov.hk>。

投诉热线

如有任何有关不安全的工作环境及工序的投诉，请致电劳工处职安健投诉热线：2542 2172。所有投诉均会绝对保密。

