

工作與慢性阻塞性肺病



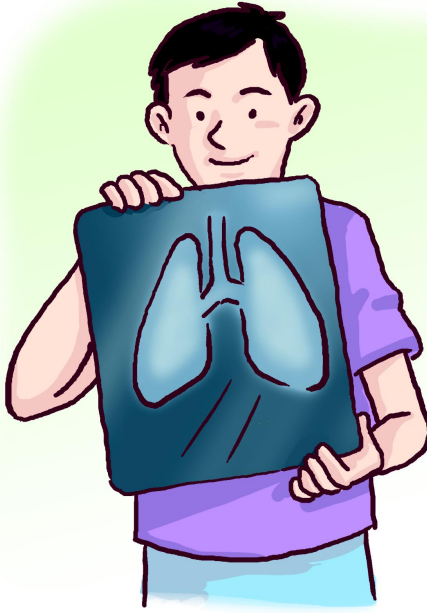
勞工處
職業安全及健康部



本小冊子可以在勞工處職業安全及健康部各辦事處免費索取，亦可於勞工處網站 http://www.labour.gov.hk/public/content2_9.htm 直接下載。查詢各辦事處的詳細地址及電話，請致電 2559 2297。

歡迎讀者複印本冊子，但作廣告、批核或商業用途者除外。如須複印，請註明錄自勞工處刊物《工作與慢性阻塞性肺病》。

工作與慢性阻塞性肺病



甚麼是慢性阻塞性肺病

慢性阻塞性肺病（簡稱慢阻肺病）是一種會持續惡化的慢性呼吸道疾病。患者的氣管會因發炎，扭曲和失去正常肺組織的支持而變得狹窄，加上氣管壁增厚和腫脹，氣管道分泌增加，令空氣進出呼吸道受阻而導致呼吸困難。

一般而言，慢阻肺病包括「慢性支氣管炎」及「肺氣腫」。

「慢性支氣管炎」是指呼吸道分泌過多，以致連續兩年每年至少三個月以上的大部份時間有咳痰症狀。

「肺氣腫」乃指終末細支氣管以下之氣道有不正常且永久之擴大和肺泡壁損毀，引致空氣滯留於漲大的氣泡內。

導致慢性阻塞性肺病的原因

1. 吸煙

吸煙是導致慢阻肺病的主要成因，90% 的患者曾經或現正為吸煙者。香煙、雪茄、煙斗等的有害煙霧皆會刺激小氣管增加分泌及引致發炎，損壞氣管壁及肺組織。長期吸入二手煙亦可導致慢阻肺病。



2. 工作環境中的粉塵、煙霧或刺激性氣體

工作如需長時間暴露於大量有害物質，例如煤塵、矽塵和燒焊時所產生的煙霧等，都可引致慢阻肺病。

3. 空氣污染

空氣中的污染物，例如煮食時產生的油煙及汽車排出的廢氣亦可能增加患上慢阻肺病的風險。



4. 遺傳

某種基因缺陷引致酵素不足亦是慢阻肺病的成因之一。



徵狀

- 痰多及經常咳嗽
- 氣促
 - 發生於患者進行體力勞動時
 - 嚴重時甚致在休息也感到呼吸困難



併發症

常見的併發症包括肺炎、氣胸及肺原性心臟病等。

肺炎

- 患者的氣管因病變而導致細胞分泌增加，加上吸煙會減低肺部抵抗力，容易引致肺炎。

氣胸

- 由於損毀的肺泡壁破裂，空氣進入胸膜腔內而產生氣胸。患者一般會突然感到胸部刺痛及呼吸困難。

肺原性心臟病

- 肺功能下降，血液含氧量也隨之降低，右心房及心室負荷增加而導致繼發性心臟病。嚴重時會引致心臟及肺部功能衰竭。

治療方法

戒煙

- 患者可透過行為治療、輔導和藥物等方法戒煙
- 戒煙不但可以預防慢阻肺病，亦可減慢病情惡化，所以若患者是吸煙人士就必須戒煙
- 戒煙後，痰多及咳嗽等徵狀很快會得到改善





藥物治療

- 藥物可紓緩徵狀及減低併發症產生的機會

支氣管擴張劑

- 有吸入劑及口服劑兩種，用作鬆弛支氣管肌肉，使氣道擴張和減低呼吸受阻
- 由於可直達肺部，吸入劑比口服劑更為有效及更少副作用
- 副作用：例如頭暈、心跳、手震等

類固醇藥物

- 吸入式類固醇能令部份情況穩定的患者之氣管更為暢通，從而改善其肺功能
- 口服或靜脈注射類固醇可改善急性病重患者的病情，加快復原
- 副作用：吸入式類固醇一般不會有嚴重的副作用，口服或靜脈注射類固醇則可能引致水腫、肥胖和毛髮增生等



抗生素

- 用作治療細菌性感染，避免肺部永久性受損

氧氣治療

- 慢阻肺病的患者一般在後期可能會出現缺氧的情況，因此需要長期使用氧氣，增加血液的含氧量和改善心肺功能
- 氧氣治療亦可延長患者的壽命和減低入院次數



手術

- 在部份患者中，切除氣腫性肺部物質或肺氣腫大泡，能有助改善肺功能及日常生活

健康生活方式

- 良好飲食習慣
- 恆常運動



參予康復治療計劃

- 透過健康教育、有氧運動訓練、營養輔導及職業治療，可改善患者身體帶氧功能及生活質素

防疫注射

- 接受流行性感冒防疫注射，減低患上流感及其併發症的機會



工作如何影響慢性阻塞性肺病

- 工作上某些情況或需要，可能會影響慢阻肺病的穩定性，患者要特別留意，例如：

1. 工作壓力

可導致情緒緊張，血壓上升和氣管收窄而引致氣促



2. 體力需求

當工作量大及需要大量體力時，身體耗氧量會增加，容易令患者出現氣促

3. 寒冷環境

於低溫環境工作會刺激氣管收窄，引致咳嗽，甚致出現氣喘和呼吸困難等情況



4. 工作環境中的粉塵、煙霧或刺激性氣體

會刺激患者的氣管，令分泌增多及引起咳嗽、氣促等。嚴重時更會因氣管收窄而導致窒息，危害生命

- 患者應採取適當的預防措施以防止病情惡化

慢性阻塞性肺病如何影響工作

慢阻肺病患者初期徵狀輕微，對工作影響不大。但當患者病情轉壞及出現併發症時，便有可能影響工作。

1. 治療控制方面

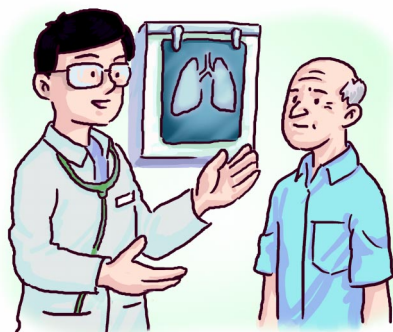
- 假如慢性阻塞性肺病受到控制及保持穩定，一般是不會對工作構成影響的
- 部份患者會因使用支氣管擴張劑和服用藥物而產生頭暈、手震等副作用，可能會危害自己及他人的安全。因此，在選擇工作時，應避免一些危險性高或因自己的身體狀況而可影響安全的工作，例如：
 - 在四周無人的地方單獨工作
 - 在遠離醫療設施的偏遠地區工作
 - 在危險的環境工作，例如在高空、水上、水中、地底、密閉空間、空氣中含有大量塵埃及刺激性物質等
 - 消防、救護等工作

2. 併發症方面

慢阻肺病會持續惡化及引致多種併發症，例如肺炎、氣胸及心臟衰竭等，影響工作能力。所以患者必須定期覆診，以便醫生及早作出診治，並就工作安全及健康方面提供專業意見。

慢性阻塞性肺病患者應該

- 了解自己所患的病



- 清楚藥物的效用及其副作用



- 遵從醫護人員的治療指示，定期覆診



- 積極參予康復治療計劃

- 如須要在空氣嚴重污濁或含有大量刺激性物質的環境工作，應先徵詢醫生的專業意見

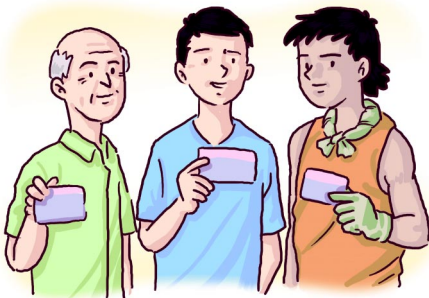


- 要攜帶足夠藥物出外，尤其是到海外工作

到目前為止，慢阻肺病仍未可根治，但保持健康生活方式，配合有效的治療及康復計劃，可延緩併發症的出現，並可保持健康狀態，以應付工作需要。

愛心支援咭

在工作期間，慢阻肺病患者最大的風險是氣管突然收窄，導致窒息。為保障你自己的安全，工作時隨身攜帶勞工處設計的愛心支援咭，便可以在緊急情況時，讓你的同事及醫護人員即時了解你的病況和相關資料，儘快給予所需的支援及治療。



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

諮詢服務

如你對本小冊子有任何疑問或想查詢其他職業健康及衛生事宜，可與勞工處職業安全及健康部聯絡：

電話：2852 4041

傳真：2581 2049

電郵：enquiry@labour.gov.hk

你亦可透過互聯網，找到勞工處提供的各項服務及主要勞工法例的資料。本處網址是：<http://www.labour.gov.hk>。

你並可透過職安電話熱線：2739 9000，查詢職業安全健康局提供各項服務的資料。

投訴熱線

如有任何有關不安全的工作環境及工序的投訴，請致電勞工處職安健投訴熱線：2542 2172。所有投訴均會絕對保密。

