

淺談小兒慢性咳嗽

「醫師，我的孩子怎麼又在咳了？」

在小兒科的診間，咳嗽大概是數一數二常有的主訴，短至兩三天，長甚至可以超過一個月以上。咳嗽是身體正常的保護性機制，當咳嗽的接受器感知到有異物（黏膜的分泌物、灰塵或其他誤吸入的物體）、接觸到感染發炎時產生的發炎物質、食物或吸入氣體中的酸鹼、冷熱變化等等，都可能引發咳嗽的訊號，引發咳嗽。因此在感冒時的咳嗽，多是因產生的分泌物和發炎物質所誘發，通常數天即可痊癒，屬於兩週內會緩解的急性咳嗽。但是仍有部分的病人會有持續超過兩週的咳嗽症狀，絕大部分的咳嗽在四週內會自行緩解，並不需要額外的藥物或是其他的檢查；如果是超過四週以上的久咳不癒，則屬於慢性咳嗽的範疇，根據歐洲的一項問卷調查發現非氣喘發作之慢性咳嗽在學齡兒童的發生率為 5% ~ 10%¹，若將氣喘病童也納入統計，高達 22% 兒童有非感冒造成的反覆性咳嗽²。此類慢性咳嗽，除了對醫師和家長在診斷和照護上有很大的挑戰外，當中有部分病人其實暗藏較嚴重的肺部疾病，需要早期診斷和給予治療，因此當孩子出現慢性咳嗽時，應該有所警覺並且積極找出原因。

抽絲剝繭找出慢性咳嗽的原因

慢性咳嗽的原因相當多，要注意的是，小孩並非大人的縮影，孩童常見慢性咳嗽的

成因也和大人有所不同，必須根據他們的年齡和所處環境做可能的推斷，年紀越小的孩子則越需要考慮是否有先天性構造的異常或是免疫缺損疾病。當孩子出現反覆性的咳嗽時，家長可以注意孩子臨床症狀的特點，包括：咳嗽好發的時間、咳嗽型態和聲音、有無肺部的相關症狀（例如：膿痰、胸痛、特別的呼吸音），或其他伴隨症狀（例如生長遲緩、反覆感染）。醫師在詢問病史後，會依年齡以及需要程度安排胸部 X 光檢查或肺功能檢查作為輔助，若是發現任何異常或是特別的徵兆，表示孩子的慢性咳嗽可能可以找到特異性的病因，較常見的幾個成因包括過敏咳/非特異性咳嗽、氣喘、上呼吸道咳嗽症候群和持續性細菌性支氣管，其他較罕見的成因包括胃食道逆流、特殊感染如結核菌感染、慢性肺部病變或先天性肺部異常、藥物如 ACEI 類降血壓藥物或心因性造成的咳嗽等，醫師或許需要安排更進一步的檢查，像是胸腔電腦斷層或是支氣管鏡檢查才能更正確的下診斷。接下來將分別介紹幾個常見的兒童慢性咳嗽原因。

約有 10~30%病人在檢查過後找不到任何異常，為非特異性慢性咳嗽，多發生在病毒感染呼吸道過後，有些人認為這是氣道在感染後的過度反應，因此又被稱為過敏咳，不過讓人比較放心的是，這類病患通常在診斷後 1~2 週內會慢慢恢復，不需要額外的藥物治療，之後也不一定會發展成氣喘。

常見慢性咳嗽的成因

有一部分孩子的反覆咳嗽是氣喘導致，除了有主要集中在夜間的乾咳外，可能還會有其他表現：孩子在運動後、天氣變化後、病毒感染時都可能被誘發咳嗽，甚至還

可以聽到咻咻的呼吸聲或是以呼吸喘來表現，也就是一般人聽過的「急性發作」；氣喘的孩子若是平時沒有好好地控制，氣道長期處於慢性發炎的狀況，就可能出現以上的症狀，這些症狀輕至偶爾的乾咳，嚴重可至厲害的急性發作，甚至可能因為呼吸窘迫需要住到加護病房的狀況。所以若您的孩子有此類的咳嗽時，不要輕忽，要配合醫師使用抑制發炎的保養藥物，例如吸入性類固醇或是欣流（Singular）一類的藥物，才可能控制發炎，避免不必要的反覆發作。

上呼吸道咳嗽症候群，俗稱為鼻涕倒流，主要因為過敏性鼻炎的病患鼻涕既多又黏、不易排除，在經由後鼻腔流至喉嚨時，產生了異物感，所以病患常會抱怨喉嚨癢癢卡卡的、有痰的感覺，而產生不自主的咳嗽和清喉嚨的動作。在成人慢性咳嗽是很常見的原因，過去也被認為是兒童慢性咳嗽常見的原因之一，但近幾年的研究顯示實際因為此原因造成的小兒慢性咳嗽其實只占不到 5%³；不過，臺灣近年來學齡兒童過敏性鼻炎的比例逐年增加，所以在年齡較大的孩子還是要考慮此疾病，除了以藥物如抗組織胺或是鼻內類固醇噴劑治療過敏性鼻炎外，較大年紀的孩子可以考慮以生理食鹽水洗鼻子，將鼻涕沖洗出來，也可以有效改善症狀。

持續性細菌性支氣管炎是另外一種在幼兒較常見的慢性咳嗽原因，歐美的研究顯示這是 0~2 歲幼兒最常見的慢性咳嗽病因³，剛入托嬰或幼兒園的孩子、本身有軟喉症的幼童，皆是可能發生持續性細菌性支氣管炎的危險族群，主要是因為上呼吸道感染後產生繼發性的細菌性感染所致，小朋友常會有膿痰或是家長描述有帶著痰音的咳嗽聲，若是能儘早發現、投以至少兩週的經驗性抗生素，大多數都能痊癒。

兒童慢性咳嗽的治療與照護原則

對於有慢性咳嗽的孩童，究竟該給予什麼治療和保養呢？可以從改善環境開始做起，避免接觸二手菸和有關的過敏原；在藥物治療方面，基本上還是得從根本找出原因、對症下藥，一味的給予止咳藥不僅效果不佳，還可能因為鎮咳效果太強而有副作用，化痰藥物目前也認為對慢性咳嗽無效，甚至會刺激氣道而加劇咳嗽，不可不慎。談了這麼多，如果您家中也有一個整天「酷酷嫂」的寶貝，趕快讓孩子接受醫師專業的評估，儘早接受治療，便能早日擺脫這惱人的咳嗽聲囉！

引用文獻

1. Faniran AO, Peat JK, Woolcock AJ. Persistent cough: is it asthma? Arch Dis Child. 1998 Nov;79(5):411-4.
2. Luyt DK, Burton PR, Simpson H. Epidemiological study of wheeze, doctor diagnosed asthma, and cough in preschool children in Leicestershire. BMJ. 1993 May 22;306(6889):1386-90.
3. Chang AB, Robertson CF, Van Asperen PP, et al. A multicenter study on chronic cough in children: burden and etiologies based on a standardized management pathway. Chest. 2012 Oct;142(4):943-950.
4. Chang AB, Oppenheimer JJ, Irwin RS; CHEST Expert Cough Panel. Managing Chronic Cough as a Symptom in Children and Management Algorithms: CHEST Guideline and Expert Panel Report. Chest. 2020 Jul;158(1):303-329.

小兒部主治醫師 胡雅喬