

主辦機構：



香港胸肺基金會
Hong Kong Lung Foundation



香港胸肺學會
Hong Kong Thoracic Society



美國胸肺學院 (港澳分會)
ACCP (HK & Macau Chapter)



香港呼吸科護理學院
Hong Kong Respiratory
Nursing College



香港復康會
The Hong Kong Society
For Rehabilitation

支持機構：

「關注呼吸道疾病 從此學懂爭氣」活動啟動禮

暨

香港市民對呼吸道疾病認知調查結果發布

(二零一四年十一月二日，香港)

呼吸道疾病是香港的四大殺手之一，但不要以為只是香港才有高呼吸道疾病個案及死亡數字，根據世界衛生組織早前發表的報告指出，僅 2012 年間，全球因空氣污染而引發呼吸道疾病及其他致命疾病的死亡人數高達 700 萬人¹。而香港又因吸煙人數眾多，單是 40 歲以上的煙民已達 45 萬，佔人口的 12.2%，他們是患上呼吸道疾病的高危人士，故香港的呼吸道疾病個案一直高企。根據衛生署衛生防護中心的資料顯示²，本港在 2013 年共有 1746 人因慢性下呼吸道疾病死亡〔包括哮喘及慢性阻塞性肺病〕，成為本港第五號殺手。

為提高公眾對哮喘及慢性阻塞性肺病等呼吸系統疾病的認識，香港胸肺學會聯同香港胸肺基金會、美國胸肺學院〔港澳分會〕及香港呼吸科護理學院，在今、明年內展開一系列公眾教育活動，主題為「關注呼吸道疾病 從此學懂爭氣」〔簡稱「爭氣」行動〕，今日的新聞發布會將重點關注香港慢性阻塞性肺病患者的現況及對應的建議。

令人寸步難行的慢阻肺病

慢性阻塞性肺病〔簡稱慢阻肺病〕是一種常見的慢性肺部疾病，特徵為呼吸受阻。吸煙是最常見的成因，患者會出現持續咳嗽、氣促或呼吸困難等徵狀，繼而令患者的肺功能加速衰退及惡化，長期吸煙者的肺功能衰退速度更較一般人高出三倍，最終有機會導致呼吸衰竭而需要長期臥床，甚至有性命危險。

數據顯示，香港每日平均有五名人士死於慢阻肺病，數字不可小覷。香港胸肺基金會副主席譚卓賢醫生指出：「大家不要以為偶爾咳嗽或氣喘屬正常情況，尤其是年長人士，這其實是

¹ <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2014/air-pollution/zh/>

² <http://chp.gov.hk/tc/data/4/10/27/380.html>

主辦機構：



香港胸肺基金會
Hong Kong Lung Foundation



香港胸肺學會
Hong Kong Thoracic Society



美國胸肺學院 (港澳分會)
ACCPC (HK & Macau Chapter)



香港呼吸科護理學院
Hong Kong Respiratory
Nursing College



香港復康會
The Hong Kong Society
For Rehabilitation

支持機構：

肺功能退化的徵兆，不少人已患上慢阻肺病而不自知。」很多早期患者在運動期間，因需要大量氧氣而會出現氣促，便誤以為只是體能變差而掉以輕心，之後病情變得嚴重至平日生活也經常感到呼吸困難時才急急求醫，已錯失及早治療的良機，譚卓賢醫生續指。慢阻肺病若不及時治療，病情可在短期內迅速惡化，對肺功能產生不可逆轉的嚴重損傷。患者變得行幾步路就上氣不接下氣，連吃飯也感到辛苦，更無氣力上落樓梯或外出，以致嚴重影響日常生活及令生活素質下降。

對於嚴重的患者，他們需要使用家用氧氣機、便攜式氧氣機或氧氣樽等作長期氧氣治療。部分患者在家靜息的情況下無需使用，但在外出、行走、運動或睡眠期間便要使用氧氣治療。由於要攜帶氧氣樽外出，其重量已加重了患者的體力負擔，同時亦令他們遇上歧視、被拒絕使用公共交通工具等難堪的情況，因而無法工作及不敢外出，長期困在家裡，加上醫治疾病及氧氣費用等經濟負擔的憂慮，逐漸變得自暴自棄，覺得自己無用而情緒飽受困擾。

嚴重慢阻肺病患者缺乏資源關顧

是次「爭氣」行動的支持機構香港復康會，是社區上少數支援慢阻肺病患者的組織之一。其復康總監梁佩如博士指，該會每年接收約 100 名新症，現時總共服務約 1000 名慢阻肺病患者，主要舉辦患者復康訓練班、健肺運動組、病友聚會及戶外活動等，以回應他們的復康及心理上的社交需要。唯這些服務集中在該會的地區中心進行，能參與的均是病情較輕的人士，未能惠及病情嚴重而無法離家，甚至只能躺在床上的患者。

梁博士提到，以往曾提供上門探訪服務予晚期的嚴重慢阻肺病患者，但由於資源不足及病者人數眾多，未能大量提供此服務，很多患者缺乏支援，儼如與外界隔絕。梁博士指：「由於有些患者情況實在慘不忍睹，不少義工及社康護士在探訪他們後，自己也難受至情緒受困，需要接受心理輔導。」她期望政府和社區能給予更多的支援及接納，減輕病患者的經濟及心理負擔，令他們能重拾信心並投入社會。

香港市民對呼吸道疾病認知調查結果發布

為了解公眾對呼吸道疾病的認知程度與取態，香港胸肺學會委託香港大學民意研究計劃，於今年九月，以電話抽樣訪問的形式訪問了 1,035 名年齡 18 歲或以上的本港市民。調查結果主要重點如下：

主辦機構：



香港胸肺基金會
Hong Kong Lung Foundation



香港胸肺學會
Hong Kong Thoracic Society



美國胸肺學院 (港澳分會)
ACCP (HK & Macau Chapter)



香港呼吸科護理學院
Hong Kong Respiratory
Nursing College



香港復康會
The Hong Kong Society
For Rehabilitation

支持機構：

一) 逾四成受訪者曾出現呼吸道疾病病徵

有四成四受訪者(43.6%)在過去一年曾出現長期咳嗽、氣促及呼吸困難等呼吸道疾病的病徵，但當中只有五成七人(56.5%)會求診醫生（包括中醫及西醫）。在沒有及時求診的受訪者中，大多認為情況會改善（44.7%）及認為是正常情況（43.1%）。

此外，分別有四成(41.9%)及兩成(22.2%)受訪者誤解肥胖及高血壓是導致呼吸道疾病的其中因素，市民對呼吸道疾病的認知尚存不足。

二) 近七成受訪者沒有聽過慢性阻塞性肺病

近七成受訪者(69.3%)表示沒有聽過或不知道慢性阻塞性肺病，反映大眾對此病的認知很有限。即使在聽過慢性阻塞性肺病的受訪者中，也有約四成人士不知道除戒煙外的有效治療方法（如處方的吸入劑、氧氣治療、胸肺復康等）。

三) 市民普遍對慢阻肺病患者持包容態度

大部分（77.9%）市民對於見到佩戴氧氣罩或使用氧氣樽的人士態度包容，表示感覺對方可憐、辛苦、需要幫助等，或沒有任何感覺。惟有近一成（9.1%）受訪者感覺害怕，擔心被傳染。

四) 近六成受訪者不介意與慢阻肺病患者一起搭乘公共交通工具

大部分受訪者表示不介意同慢阻肺病患者在同一個辦公室內工作(61.9%)及一起搭乘公共交通工具(58.7%)，另有逾七成受訪者(72.1%)不介意跟他們做朋友。

五) 超過半數受訪者認為社會需要向慢阻肺病患者提供特別公共設施或服務

超過半數受訪者（51.5%）覺得社會需要提供特別的公共設施或服務給慢阻肺病患者。約二成七（27.3%）的受訪者認為現時慢阻肺病患者有被社會歧視的情況。

香港胸肺學會會長古惠珊醫生表示，調查發現市民對慢阻肺病等呼吸道疾病認知相對不足。咳嗽等病徵雖屬常見的呼吸道疾病症狀，然而若持續咳嗽超過兩星期，或同時出現氣促、呼吸困難等症狀就應提高警惕。尤其是四十歲以上有長期吸煙習慣或曾經抽煙的人士，均屬慢阻肺病的高危人士，當出現相關病徵時更要及時求醫，有需要時更要進行肺功能測試，以免錯過治療的最佳時期。

主辦機構：



香港胸肺基金會
Hong Kong Lung Foundation



香港胸肺學會
Hong Kong Thoracic Society



美國胸肺學院 (港澳分會)
ACCPC (HK & Macau Chapter)



香港呼吸科護理學院
Hong Kong Respiratory
Nursing College



香港復康會
The Hong Kong Society
For Rehabilitation

支持機構：

調查亦反映現時大部分市民對慢阻肺病患者抱寬容態度，願意給予患者更多支持和關注。古惠珊醫生續指：「然而現時的社會配套措施暫時未盡人意，許多攜帶便攜式氧氣樽出行的慢阻肺病患者經常被拒絕搭乘公共交通工具，而目前復康巴士等針對性的交通服務供不應求，許多慢阻肺病患者在獨立生活過程中遭遇重重困境。」

打造無障礙生活環境 提出三大建議

在外國，一般來說患者只要事先聯繫運輸公司（巴士、火車）等，均可無障礙地搭乘運輸工具^{3 4}。在香港，運輸署於 2012 年已諮詢消防處、機電工程署、專營巴士公司和學會。相關各方均指出，現時專營巴士的設計已有足夠的安全裝置保證便攜式氧氣樽不會影響巴士安全及其正常服務。立法會交通事務委員會經考相關意見後，已提出一系列可行建議，如准許乘客攜帶醫療便攜式氧氣樽，但應在上巴士時告知車長，並盡量使用鄰近下車車門的優先座位等。

惟以上建議未有進一步向立法會提交修訂《公共巴士服務規例》第 14A 條，因此未有獲得有效落實。香港胸肺學會希望藉此機會讓更多市民了解慢阻肺病患者的需求，並呼籲政府及公共交通工具運營公司考慮接納上述建議，儘快修訂法例，為他們提供一個平等地參與公共生活的機會。

此外，因受病情影響，慢阻肺病患者的工作能力大受影響，導致收入下降，甚至零收入。加上高昂的氧氣、治療及交通費用，更為患者帶來巨大經濟負擔。現時政府有為合資格申領綜援的病人資助全數租用氧氣機及氧氣費用。然而，對很多收入較低卻未能申領綜援的邊緣家庭，又或是單身的患者，經濟壓力沉重，並缺乏家人來照顧患者。故懇請政府在金錢援助、社區建設及社會服務上，多加投放資源來幫助他們。

美國胸肺學院 (港澳分會)會長劉俊穎醫生指出：「保持一定的社交活動及運動是治療慢阻肺病的非藥物部分，不僅有助患者延緩肺功能退化，改善整體健康狀況及生活自理能力，更有助減少患者住院次數及時間，降低患者的焦慮及抑鬱情緒^{5 6}。故此，建議政府增加對未能申

³ http://www.phmsa.dot.gov/pv_obj_cache/pv_obj_id_D79BAC5723BD92C322CF6966EE7C02DAC75B0100/filename/gstomo.pdf

⁴ <http://www.health.qld.gov.au/mass/documents/guidelines-oxygen.pdf>

⁵ GOLD(The Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease) guideline

⁶ <http://www.acsm.org/docs/current-comments/exerciseforpersonswithcopd.pdf>

主辦機構：



香港胸肺基金會
Hong Kong Lung Foundation



香港胸肺學會
Hong Kong Thoracic Society



美國胸肺學院 (港澳分會)
ACCP (HK & Macau Chapter)



香港呼吸科護理學院
Hong Kong Respiratory
Nursing College



香港復康會
The Hong Kong Society
For Rehabilitation

支持機構：

領綜援的低收入病人家庭，以出外活動或復康津貼形式，舒緩他們的經濟壓力。另外，在社區建設及社會服務上，設立地區性復康網絡與康健中心、上門照顧服務等，以鼓勵和幫助慢阻肺病患者改善活動能力，多融入社會。」

第三項建議是希望政府多作公眾教育，望有更多市民明白慢阻肺病的病徵與後果，鼓勵及早求醫之餘，也令大家認知此病並非傳染病，在面對帶着氧氣機或樽的病人時，多表現接納和關愛，而非歧視及白眼。

總結

呼吸道疾病於香港很常見，特別是慢性阻塞性肺病。由於在發病初期沒有明顯病徵，大眾容易忽視病情以至未能及早求診。延誤求診不但對患者的生命構成威脅，更會大大影響生活質素。建議市民要謹記病向淺中醫，把握機會及早控制病情，避免肺功能嚴重受損而影響日常生活。

藉著「關注呼吸道疾病 從此學懂爭氣」一系列活動，希望可以提高公眾對呼吸道疾病的認識，並了解慢阻肺病患者的生活狀況。社會各界應給予更多的關心及支持，讓他們融入正常社會生活，幫助其延緩病情惡化，並能過着有尊嚴的生活。

主辦機構：



香港胸肺基金會
Hong Kong Lung Foundation



香港胸肺學會
Hong Kong Thoracic Society



美國胸肺學院 (港澳分會)
ACCP (HK & Macau Chapter)



香港呼吸科護理學院
Hong Kong Respiratory
Nursing College



香港復康會
The Hong Kong Society
For Rehabilitation

支持機構：

慢性阻塞性肺病病徵及謬誤

病徵	長期咳嗽
	多痰
	氣促，運動時情況惡化
	呼吸困難
	體力及活動能力下降
	出現缺氧情況（如嘴唇、手、腳呈藍色）

以上病徵於早期並不明顯，隨著肺功能日益受損，中、晚期患者會出現氣促、活動能力下降甚至缺氧的情況。

常見謬誤	正確觀念
肥胖及高血壓是導致呼吸道疾病的原因	主要成因應是吸煙和空氣污染，事實上，肥胖人士的肺功能與同等高度的瘦削人士相約。
咳嗽只是小事，不需大驚小怪	痰多咳嗽正是發病早期的典型病徵，不應輕視。
肺功能遲早都會退化，吸煙影響不大	的確，肺氣泡會隨年齡增長失去彈性，但持續吸煙會令氣管發炎及破壞肺氣泡，所以吸煙者切勿存僥倖心態。

主辦機構：



香港胸肺基金會
Hong Kong Lung Foundation



香港胸肺學會
Hong Kong Thoracic Society



美國胸肺學院 (港澳分會)
ACCP (HK & Macau Chapter)



香港呼吸科護理學院
Hong Kong Respiratory
Nursing College



香港復康會
The Hong Kong Society
For Rehabilitation

支持機構：

個案分享

個案一 周先生 81 歲：

- 周先生年青時已開始吸煙，於 1970 年確診患有慢阻肺病，起初階段不用氧氣治療，但每隔數年因復發而要長時間住院，病發時不單是咳嗽，更會透不到氣。
- 周先生在十多年開始前已戒煙酒。
- 直至 2008 年，由於病情轉趨嚴重，肺功能下降，要長期接受氧氣治療（俗稱「帶貓鬚」）。那時插著喉管，自己連換衣服、洗澡也做不到，需太太日夜照顧。由於長時間使用貓鬚，每月租用氧氣機及氧氣費高達數千元，還未計算要請人照顧的費用。
- 在使用氧氣時最大的困難是乘坐巴士，曾經在上車付車資後，被司機要求下車，後來獲途人協助才可成功爭取上車。有時會偷偷用車仔裝住氧氣樽，遮掩下搭巴士。搭的士可帶貓鬚，但車資實在太貴。
- 2011 年，周先生開始接受中西藥治療五個多月，身體狀況及氣喘的情況好轉。他又積極做運動，現時在家或出外作短途步行是可以不帶貓鬚，但若較長時間步行或出入溫差大的地方，身體需要不斷調整適應，則需帶備貓鬚。
- 現在就算不帶貓鬚，也要繼續租用氧氣機(每月 420 元)、慳氣頭(每月 200 元)及空氣樽(每月 30 元)，合共 650 元。另外便攜壓縮氧氣平均一星期用一樽(每樽 115 元，可用 2 小時)，平均每月花費千多元。

個案二 郭先生 60 歲：

- 年青時已開始吸煙。
- 原本是做廚房，於 7、8 年前身體轉差，不夠力氣工作而停職，要靠綜緩過活。
- 7 年前開始因氣促而要入院留醫，發現因吸煙而導致左邊肺出現花痕，影響肺部功能。漸漸地病發率轉趨頻密，差不多每個月也要入院。
- 3 年前開始長帶貓鬚，配合藥物治療，不用再經常入院。
- 由於病情嚴重，不能自理，太太遂捨他及兩子女而去。現時洗澡要讀中一的細仔幫忙，而洗頭則靠讀中三的大女幫助。至於買餸，則由鄰居幫忙買些簡單食物，晚上由女兒煮飯。
- 知道帶着氧氣樽不能上巴士，現時出門一定要坐的士，而且是要點到點才可以去，因此甚少上街，更遑論參與社交活動。曾試過參加兒子中一開學家長活動，離開時等不到的士，最後要截停一部私家車，要求不認識的司機幫忙載他離開。
- 帶着氧氣樽上街經常遇上歧視的眼光，有人甚至不敢跟他一起搭電梯，誤以為會被傳染
- 深切體會吸煙的禍害，不單傷害了自己，也累及家人，很希望出一分力宣揚吸煙禍害，讓大眾關注。

主辦機構：



香港胸肺基金會
Hong Kong Lung Foundation



香港胸肺學會
Hong Kong Thoracic Society



美國胸肺學院 (港澳分會)
ACCPCP (HK & Macau Chapter)



香港呼吸科護理學院
Hong Kong Respiratory
Nursing College



香港復康會
The Hong Kong Society
For Rehabilitation

支持機構：

個案三 張先生 66 歲：

- 年青時已是煙民。
- 40 歲時因忙着工程工作，沒有注意身體過勞而導致爆肺。
- 往後的幾年不斷重複爆肺，多次進出醫院，但一直拒做手術及延醫，令病情急速惡化。
- 2005 年開始長帶貓鬚，身體基能尚可自理及出外，但曾多次因攜同氧氣樽上巴士被拒，而要報警處理，經多次與九巴交涉及平機會介入，九巴允許他自由乘坐巴士，但遇上不同的司機，問題仍會發生，現已不再乘搭。
- 現時在家仍可自理，但要坐輪椅，不可長時間活動，需要人幫助出入並隨時準備發病時的照顧。

全文完

傳媒聯絡：

Amy Lau Tel: 6108-9949 / 2884-8938

Michelle Wu Tel: 9381-8301 / 2884-8952

主辦機構：



香港胸肺基金會
Hong Kong Lung Foundation



香港胸肺學會
Hong Kong Thoracic Society



美國胸肺學院（港澳分會）
ACCP (HK & Macau Chapter)



香港呼吸科護理學院
Hong Kong Respiratory
Nursing College



香港復康會
The Hong Kong Society
For Rehabilitation

支持機構：

附錄

有關香港胸肺學會

自 1986 年成立以來，香港胸肺學會一直致力向社會推廣呼吸道疾病資訊，期望喚起各界對病人的關注及支持。同時，該會亦透過支援呼吸道疾病的研究，及資助醫療人員、科學家和學生到外地交流，務求令香港有更多專才應對相關疾病。

有關香港胸肺基金會

香港胸肺基金會有限公司於一九九六年三月十二日成立，宗旨為促進呼吸系統健康與疾病的公眾教育、支持呼吸系統疾病與健康的科研計劃，及支持呼吸系統科及相關學科的專業教育和培訓。

有關美國胸肺學會（港澳分會）

美國胸肺學會的港澳分會早於 60 年代創立，在提昇香港呼吸系統科的專業水準上一直不遺餘力。除了籌辦教育工作及專科研究外，該會亦經常與各醫學院合作，為香港培訓頂級的醫護人才。

有關香港呼吸科護理學院

為讓大眾了解更多呼吸科護理的訊息，以及凝聚有關專才，香港呼吸科護理學院於 2012 年 12 月正式成立。同時，該會亦致力統一全港呼吸科護理人員的服務水平，令病人能得到最佳的照顧。

有關香港復康會

香港復康會於 1959 年成立，是香港認可的註冊慈善團體，過去 50 年一直致力服務殘疾人士、長期病患者及長者，為有需要人士提供無障礙交通、旅遊、復康以及持續照顧服務。