



认识急性呼吸衰竭

◎浙江省武义县第一人民医院急诊科 程健炜

当呼吸突然变得困难，身体像被捂住口鼻般缺氧时，可能正遭遇急性呼吸衰竭的威胁。这种急症发病急、进展快，曾因人类认知不足夺走无数生命，如今随着医学发展已能有效应对。了解它的“前世今生”，能帮我们更好守护呼吸健康。

认知演进：从“不明死因”到清晰定义

在医学落后的古代，人们对急性呼吸衰竭毫无概念。面对突然呼吸困难、窒息死亡的病例，既无准确诊断方法，更无有效治疗手段，患者往往在痛苦中离世。

19世纪后，随着解剖学和生理学发展，医生发现呼吸与肺部功能密切相关。当时的医学家通过临床观察与病理解剖发现，肺部病变会导致氧气交换障碍，进而引发缺氧相关症状，但尚未提出“呼吸衰竭”的明确概念，仅能通过吸氧缓解部分症状，治疗效果有限。

随着血气分析技术问世，医生能通过检测血液中的氧和二氧化碳含量，准确判断呼吸功能。至此，急性呼吸衰竭被明确定义为各种原因引发，在短时间内导致肺通气或换气功能严重障碍，无法满足身体供氧需求的急症，这为科学治疗奠定了基础。

致病因素：从单一感染到多元诱因

急性呼吸衰竭的病因复杂多样，主要包括以下几类。

1.肺部自身病变。肺部疾病如肺炎、肺栓塞和肺水肿等，对肺组织造成直接损伤，严重影响气体交

换过程。在严重肺炎病例中，肺泡可能被大量的炎性分泌物填塞，这种状况阻碍了氧气从肺泡进入血液中，导致血液缺氧。这种氧气供应不足的情况，若未得到及时处理，可能进一步发展为呼吸衰竭，严重威胁患者的生命安全。

2.气道阻塞问题。气管异物、哮喘的持续发作、喉头水肿等突发状况，都可能引起气道阻塞，使得空气难以畅通地进入肺部。这种情形下，气道如同被异物或肿胀的黏膜所堵塞的吸管，即便肺部本身的呼吸功能保持正常，也无法顺利进行气体交换。这种气道阻塞会导致呼吸困难，严重时甚至可能迅速进展为急性呼吸衰竭，亟需紧急医疗干预以恢复呼吸道的通畅。

3.全身因素影响。严重创伤、感染性休克以及药物中毒等紧急情况，往往会对人体呼吸系统产生严重影响。这些情况可能会间接抑制呼吸中枢，或者直接损害呼吸肌的功能，导致呼吸变得浅薄而缓慢。例如，某些镇静药物如苯二氮卓类药物的过量使用，可以抑制呼吸中枢，使得呼吸频率降低、深度变浅，最终可能引发急性呼吸衰竭，这是一种危及生命的紧急医疗状况，需要立即采取有效措施予以应对。

应对方式：从被动等待到主动防治

急性呼吸衰竭可防可治，掌握应对方法很重要。

1.及时识别症状。急性呼吸衰竭患者往往会出现呼吸困难、口唇和指甲发紫、意识模糊或混乱等典型症状，这些迹象表明患者的呼吸系统功能严重受损。面对这些紧急情况，应立即采取行动，迅速拨打急救电话，准确说明位置与情况，以便专业医疗人员能够迅速到场，进行必要的急救处理。时间对于急性呼吸衰竭患者的治疗至关重要，每一秒的延误都可能增加治疗难度和风险。因此，及时求助是挽救生命的首要步骤。

2.科学治疗手段。现代医学在急性呼吸衰竭的治疗上已形成一套成熟的治疗体系，一是无创呼吸机辅助通气，能够有效缓解呼吸困难；二是气管插管作为紧急措施，直接支持呼吸功能；三是针对感染源的抗感染治疗，三者结合可以迅速改善患者的呼吸状况，显著降低急性呼吸衰竭的死亡率，为患者提供有效的生命支持。

3.日常预防措施。预防急性呼吸衰竭应注重源头管理，包括及时诊断和治疗肺部基础疾病，如慢性阻塞性肺疾病、哮喘等，避免长期接触烟雾、有毒气体等有害物质。同时，加强体育锻炼，提高肺功能，增强免疫力。对于老年人和免疫力低下者，更应加强健康监测，定期体检，及时发现并控制风险因素，以降低急性呼吸衰竭的发生风险。

呼吸是生命的基石，急性呼吸衰竭虽凶险，但随着认知的深入和医疗技术的进步，它已不再是“不治之症”。了解其发展历程和应对方法，能让我们在面对呼吸危机时更从容，用科学守护每一次顺畅呼吸。😊