

기관지염

Bronchitis

Bronchitis is swelling of the lining of the large airways called bronchi in the lungs. The swelling causes more mucus than normal to be made. This can block the airflow through the lungs and may damage the lungs.

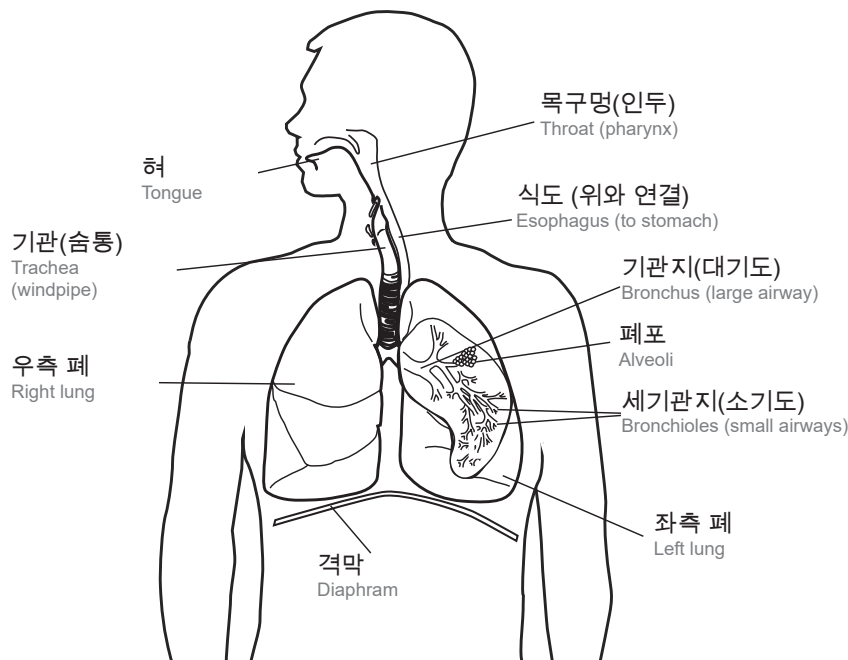
Acute bronchitis often starts to get better in days, but the cough may last 2 to 4 weeks. Over the counter medicines can help to control aches, fever and loosen mucus. Treatment by your doctor may not be needed unless you are not feeling better or you have more trouble breathing.

Chronic bronchitis is a long-term disease of the lungs. It is one disease in a group of lung diseases called COPD or chronic obstructive pulmonary disease. The damage often gets worse over time and cannot be cured.

기관지염이란 폐 안에 기관지라고 부르는 큰 기도(공기가 통과하는 길)들의 점막이 붓는 현상입니다. 점막이 붓기 때문에 가래가 정상보다 더 많이 생기게 됩니다. 가래가 폐를 통하여 공기의 흐름을 막기 때문에 폐에 손상을 줄 수 있습니다.

급성 기관지염은 종종 며칠 뒤 좋아지기 시작하지만, 기침은 2~4주 지속될 수 있습니다. 처방전없이 구입할 수 있는 약품은 통증, 발열 및 점액을 풀어주는 데 도움이 될 수 있습니다. 기분이 나빠지지 않거나 또는 호흡 곤란이 더 심하지 않으면 의사의 치료가 필요하지 않을 수 있습니다.

만성 기관지염은 장기적인 폐질환입니다. 이 질환은 COPD 또는 만성 폐쇄성 폐질환군의 하나입니다. 시간이 가면서 손상이 더 심해지면 치료가 불가능해 집니다.



Signs of Bronchitis

- A frequent cough, often with yellow or green mucus
- Feeling tired
- Chest pain with coughing or deep breathing
- Noisy breathing such as wheezing or whistling
- Shortness of breath
- Body aches
- Fever or chills
- Sore throat
- Runny or stuffy nose

Causes of Bronchitis

- Bacterial or viral infections
- Smoking
- Air pollution
- Allergy to something in the air such as pollen
- Lung disease such as asthma or emphysema

Your Care

Your care may include medicines and breathing exercises to help you breathe easier. You may need oxygen if you have chronic bronchitis. Your care may also include:

- Avoiding colds and the flu.
- Wash your hands well and often to lower your risk of infections.
- Drinking a lot of liquids to keep mucus thin.
- Using a humidifier or vaporizer.

기관지염의 징후

- 종종 노란색 또는 녹색 점액이 있는 잦은 기침
- 피곤함
- 기침을 하거나 숨을 크게 들이마시면 가슴에 통증
- 쌉쌉거림이나 휘파람과 같은 시끄러운 숨소리
- 숨이 가쁨
- 몸에 통증
- 열이나 오한
- 목구멍에 염증
- 콧물이나 코 막힘

기관지염의 원인

- 박테리아나 바이러스 감염
- 흡연
- 공기 오염
- 꽃가루와 같은 공기중 부유 물질에 대한 알레르기
- 천식이나 기종 같은 폐질환

치료 방법

약물 치료와 숨을 수월하게 쉬기 위한 호흡운동 등이 있습니다. 만성적 기관지염 환자는 산소가 필요합니다. 기타 관리 방법으로:

- 감기나 독감 예방
- 감염 위험을 낮추기 위해 손을 자주 잘 씻습니다.
- 물을 많이 마셔서 가래를 묽게 합니다.
- 가슴기나 증기 흡입기를 사용합니다

- Using postural drainage and percussion to loosen mucus from your lungs. You will be taught how to do this.
- Get a flu shot each year and talk to your doctor about getting the pneumonia vaccine.

To Breathe Easier

- Quit smoking. The only way to slow the damage of chronic bronchitis is to quit smoking. It is never too late to quit.
- Do not drink alcohol. It dulls the urge to cough and sneeze to clear your air passages. It also causes your body to lose fluid, making the mucus in your lungs thicker and harder to cough up.
- Avoid things that irritate your lungs such as air pollution, dusts and gases.
- Sleep with your upper body raised. Use foam wedges or raise the head of your bed.

Call your doctor right away if you:

- Have chills or a fever over 101 degrees F or 38 degrees C
- Need to use your inhalers or breathing treatments more often
- Have more mucus, the color changes or it becomes too hard to cough up
- Have a new or worsening gray or blue tint of your nails or the skin of your fingers or mouth
- Have trouble talking or doing your normal activities
- Have to use more pillows when sleeping or start having to sleep in a chair to breathe at night

- 체위 배농법이나 타진법으로 폐에 가래가 달라붙지 않도록 합니다 어떻게 하는지 의사가 가르쳐줄 것입니다.
- 매년 독감 예방 주사를 맞고 폐렴 백신 접종에 대해 의사와 상의하십시오.

호흡을 쉽게 하려면

- 담배를 끊습니다. 만성 기관지염의 피해를 늦추는 유일한 방법은 담배를 끊는 것입니다 담배는 언제 끊던 결코 늦지 않습니다.
- 술을 마시지 마십시오. 술을 마시면 기침이나 재채기로 기도를 뚫으려는 충동이 줄어듭니다. 또한 몸의 수분을 줄어둘게 하여 가래가 진해져서 뱉어내기가 어려워집니다.
- 공기오염이나 먼지 또는 가스 등 폐를 자극하는 물질들을 피하십시오.
- 잘 때는 상체를 높이 하십시오. 삼각 쿠션 받침대를 사용하거나 침대 머리를 올리십시오.

아래와 같은 경우 즉시 담당의에게 연락하십시오.

- 오한이 나거나 열이 화씨 101도(섭씨 38도) 이상 올라갈 때
- 흡입기 사용이나 호흡 완화제를 더 자주 사용해야 할 필요가 있을 때
- 가래가 더 많이 생기거나, 가래 색깔이 달라지거나 또는 기침으로 가래를 뱉어내기가 힘들 때
- 손톱이나 손가락 또는 입 주위 피부가 회색이나 푸른색으로 바뀌거나 그 색깔이 더 진해질 때
- 말하는데 또는 평소 활동을 하는데 지장이 있을 때
- 잘 때 베개를 더 많이 사용해야 하거나 또는 밤에 의자에서 자야 숨쉬기가 더 편안할 때

Call 911 right away if you:

- Cannot get your breath
- Become confused, dizzy or feel faint
- Have new chest pain or tightness

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

아래와 같은 경우 911에 즉시 연락하십시오:

- 숨을 쉴 수 없는 경우
- 혼동되거나, 어지럽거나, 현기증
- 가슴에 없던 통증이 생겼거나 답답한 경우

질문 또는 우려사항이 있을 경우 담당의사 간호사와 상의하십시오.