

转阴后为啥还一直咳？关于咳嗽的9个问题

1

感染新冠病毒后为何会咳嗽？

答

感染后咳嗽，主要是由于病毒损伤了气道黏膜，黏膜下神经暴露导致平滑肌反应性增强，容易出现气道收缩。

@人民日报

2

浓痰咳不出去怎么用药？

答

如果是干咳，用一些对症的止咳药就可以。如果有痰，早期是白色泡沫痰，后期出现黏痰甚至黄浓痰，一般主张用化痰的药。

如果咳嗽几天痰的颜色由白色变成了黄色，痰量增加，出现了浓性痰，有可能是出现了合并细菌感染的情况，也可以用一些抗生素治疗，一般3到5天就可以。

@人民日报

3

转阴后为啥还一直咳嗽？

答

感染新冠后，像奥密克戎变异毒株主要在上呼吸道，身体的免疫细胞会集聚到这里来消灭病毒。而免疫细胞完成任务后也会自然代谢死亡，连同被病毒破坏的细胞，都成为体内的垃圾。气道里容不下这么多东西，呼吸道就会分泌一些黏液，形成痰液，通过咳嗽把它排出去。

@人民日报

4

多长时间咳嗽会消失？

答

有人两三天咳嗽就会消失，有人需要五天。实际上，咳嗽是一个康复的过程，是打扫“战场”、修复气道的过程。恢复慢一点的人也不用太担心，根据经验，一般都会在十四天内康复。

@人民日报

5

一直咳会不会引发肺炎？

答

咳嗽和肺炎是不同的概念。咳嗽仅是疾病的症状，不是一种疾病，咳嗽可以由多种原因引起。咳嗽本身不会引起肺炎。当病毒细菌等病原体仅累及上呼吸道时，通常就会出现咳嗽。而当炎症累及下呼吸道，就可能发展成为肺炎。咳嗽也是肺炎最常见的临床表现之一。

@人民日报

6

哪些措施可以应对咳嗽不止？

答

建议多喝水、多休息、避免劳累，饮用蜂蜜水或用枇杷膏、梨等熬制的汤，以及给环境加湿等，有利于缓解咳嗽。如果想咳嗽，但身边没有水，可以尝试反复吞咽。同时，要避免吸烟，远离污染及有刺激性气味的环境。此外，也可对症服用镇咳药物。

@人民日报

7

咳到什么程度需要去医院就诊？

答

如果咳嗽影响了生活、睡眠等，建议及时到医院呼吸科就诊或线上问诊。如果出现咳血（痰中带血）、夜间或改变体位时咳嗽加重，咳大量黄脓痰，或咳嗽超过3周时，建议去医院就诊。

@人民日报

8

孩子发烧咳嗽，需要马上去医院吗？

答

如果孩子虽有发烧咳嗽等症状，但精神挺好，可以在家继续观察、对症处理。但是出现发烧持续3天以上没有好转；咳嗽加重，影响到日常生活和睡眠；还有一部分孩子喘息、呼吸增快，甚至呼吸困难，有明显的声音嘶哑等，要及时就诊。

@人民日报

9

咳嗽严重时，可以平躺吗？

答

咳嗽严重时平躺，呼吸道分泌物容易积聚，会加重咳嗽。可考虑垫高头部，将头颈和背部从低到高同时垫高，比如用两个枕头，头部枕头横放，背部枕头竖放，呈T字形，这样有利于呼吸通畅、咳嗽排痰。

@人民日报