



「港人受呼吸系統疾病困擾情況」問卷調查報告

(一)背景

香港市民患呼吸疾病相當普遍，因呼吸系統疾病而死亡的數字為數不少，情況令人憂慮。呼吸系統疾病雖然是個人的健康問題，而疾病誘因與生活習慣、環境有莫大關係，對生活亦有一定的影響。適逢香港胸肺基金會成立二十周年及與香港胸肺學會成立三十周年，聯合委託香港健康網絡於 2016 年 4 月至 6 月進行一項「港人受呼吸疾病困擾情況問卷調查」，目的為找出港人患呼吸疾病的成因，所造成對個人生活的困擾，並尋求改善的方法，調查結果將交有關機構作參考，有關單位可以加強宣傳教育等工作。

(二)調查方法

調查以不記名形式進行，受訪者為十二歲或以上的人士，調查採取電子問卷由市民填寫，目的找出曾患有呼吸系統疾病的市民回答問卷，問卷刊登在流行網站，共收到 509 份完整的問卷，至於受訪者曾患有呼吸系統疾病包括：哮喘、氣管敏感、慢性阻塞性肺病、肺炎、肺結核、流感或上呼吸道感染、支氣管擴張、阻礙性睡眠窒息病、氣胸等等。

問卷共有十題，其中六條可以選擇多於一項，四題只可選一項。另有四條問題關乎個人資料，包括性別、受訪者年齡、教育程度和工作類別分別如下：

A.性別：

a. 男	64.80%
b. 女	35.20%

B.受訪者年齡：

a. 12 至 17 歲	11.20%
b. 18 至 25 歲	33.90%
c. 26 至 35 歲	23.90%
d. 36 至 45 歲	15.30%
e. 46 至 55 歲	10.40%
f. 56 至 65 歲	4.10%
g. 66 歲或以上	1.20%

C.教育程度：

a. 初中或以下	7.10%
b. 高中	33.00%
c. 大專	23.60%
d. 大學或以上	36.30%

D.工作類別：

a. 學生	30.60%
b. 文職	36.00%
c. 勞動	6.50%
d. 服務業	16.50%
e. 待業	5.90%
f. 退休	4.50%

受訪者男比女多，受訪者傾向較年輕，當中近七成(69%)受訪者是 35 歲以上而他們的教育程度亦有約六成(59.9%)是大專、大學或以上。受訪者約六成(59%)是就業，學生則有 30.6%，而待業和退休分別為 5.9%和 4.5%。

(三) 問卷調查結果及分析

1.你是否曾患有下列呼吸系統疾病？(是，可選多於一項)

a. 哮喘	15.70%
b. 氣管敏感	37.70%
c. 慢性阻塞性肺病（慢阻肺病）	1.60%
d. 肺炎	6.90%
e. 肺結核（肺癆）	2.40%
f. 流感或上呼吸道感染	28.30%
g. 支氣管擴張	3.30%
h. 阻礙性睡眠窒息病	3.30%
i. 氣胸	1.20%
j. 其它	0.00%

受訪者當中，曾患呼吸系統疾病最多為氣管敏感(37.7%)，其次是流感或上呼吸道感染佔(28.3%)，而哮喘則有 15.7%，由此可見香港市民患呼吸系統疾病主要是氣管敏感和流感或上呼吸道感染，前者是致敏原引致發病，另外流感病毒亦對市民有一定的威脅，由此可見，市民有必要遠離致敏原，做好預防工作，至於流感，應注射流感疫苗作預防。

2.你曾患的呼吸系統疾病對你造成的困擾包括下列那一項：（可選多於一項）

a. 感到辛苦	81.10%
b. 影響工作	44.60%
c. 影響學業	30.60%
d. 影響睡眠	71.30%
e. 影響體力	42.80%
f. 影響社交	23.60%
g. 要請假	26.90%
h. 醫病花費	44.80%
i. 其它	0.60%

對於曾患的呼吸系統疾病對受訪者造成呼吸的困擾，受訪者有八成(81.1%)感到辛苦，影響睡眠佔 71.3%，醫病花費佔 44.8%，而影響工作則有 44.6%，至於影響體力佔 42.8%，而影響學業有 30.6%，另要請假和影響社交亦超過兩成(26.9% / 23.6%)。這條問題充份反映患有呼吸系統疾病造成身體不適和影響上班上學，平均每人都承受三項影響。因此，避免患上或翻發呼吸系統疾病是上策。

3.造成你曾患呼吸系統疾病的原因：（可選多於一項）

a. 遺傳	23.00%
b. 個人體質	64.20%
c. 缺少運動	33.60%
d. 飲食不均衡	11.00%
e. 吸煙	8.00%
f. 環境污染	70.70%
g. 沒有認真求醫	15.90%
h. 其它	4.70%

當問及造成受訪者曾患呼吸系統疾病的原因，七成(70.7%)受訪者認為環境污染是主因，其次是個人體質問題佔 64.2%，認為缺少運動有 33.6%，而認為遺傳是主因有 23%，大部分受訪者認為環境污染造成他們患呼吸系統疾病。

另外，個人體質，還有遺傳問題，可見他們認為情況相當被動，因此政府有關改善環境污染亦是改善呼吸系統疾病方法之一。市民亦要主動提升個人的體質，重視飲食、運動和睡眠，這是病患者應做好預防治療。

4.你認為上述各項原因哪一項是主因：（只可選一項）

a. 遺傳	9.20%
b. 個人體質	21.80%
c. 缺少運動	8.10%
d. 飲食不均衡	0.60%
e. 吸煙	2.80%
f. 環境污染	50.10%
g. 沒有認真醫治	4.10%
h. 其它	3.30%

對於造成受訪者曾患呼吸系統疾病的主因，情況跟上題差不多，仍是環境污染有五成(50.1%)，其次是個人體質有兩成(21.8%)，遺傳則有一成不夠(9.2%)，顯然受訪者認為外在因素是環境污染，內在因素是個人體質及遺傳問題。

5.你曾患的呼吸系統疾病的病徵：（可選多於一項）

a. 不斷咳嗽	50.10%
b. 喘鳴	19.40%
c. 呼吸困難	44.60%
d. 胸口痛	12.10%
e. 流鼻水	83.50%
f. 有痰	40.70%
g. 其它	2.80%

當問到受訪者曾患的呼吸系統疾病的病徵，八成多(83.5%)受訪者有流鼻水病徵，其次是不斷咳嗽佔五成(50.1%)，感到呼吸困難有 44.6%，而四成(40.7%)受訪者有痰，有近兩成(19.4%)有喘鳴病徵，呼吸系統疾病病徵造成不適，而且有機會多於一項病徵，患者的生活會有一定的影響，因此，預防疾病，減少復發至為重要。

6.你出現呼吸系統疾病徵狀時，你會：（可選多於一項）

a. 吸醫生處方藥物	23.00%
b. 服用醫生處方藥物	48.90%
c. 選用自行購買的成藥	29.30%
d. 去急症	8.10%
e. 到診所求診	38.30%
f. 沒有求醫服藥，等病徵消失	40.50%
g. 其它	0.60%

受訪者出現呼吸系統疾病徵狀時，他們近五成(48.9%)會服用醫生處方藥物，其次有四成(40.5%)剛好相反，沒有求醫服藥，等病徵消失；到診所求診則有 38.3%，選擇選用自行購買的成藥亦有近三成(29.3%)，而吸醫生處方藥物則有 23%。由此可見，受訪者的做法落差很大，有些會看醫生或用醫生處方的藥物，另一批則沒有求醫服藥，或自行買成藥治理，可見不少受訪者看輕呼吸系統疾病，不適當的醫治，有機會令病情惡化。

7.你患的呼吸系統疾病發病的次數屬於：（只可選一項）

a. 非常多（平均每月有一次或以上）	25.90%
b. 相當多（平均每兩個月有一次）	13.60%
c. 多（平均每三個月有一次）	18.00%
d. 不算多（一年有兩、三次）	30.10%
e. 少（一年一次）	12.40%

受訪者患的呼吸系統疾病發病的次數屬於多，雖然選擇「不算多」（一年有兩、三次）佔三成(30.1%)，但發病佔「多」（平均每三個月有一次）、「相當多」（平均每兩個月有一次）和「非常多」（平均每月有一次或以上）則多於五成多(57.5%=18%+13.6%+25.9%)，可見患呼吸系統疾病因發病次數多會引來身體和生活上的困擾，包括要花費看醫生、上班上學要請假，而且影響生活和睡眠。

8.你認為改善你的呼吸系統疾病的做法可以有：（可選多於一項）

a. 依從醫生指示接受治療	45.40%
b. 政府改善環境污染	69.50%
c. 預早接種疫苗	7.10%
d. 戒煙	9.20%
e. 充足睡眠	58.30%
f. 均衡飲食	40.40%
g. 做足夠運動	61.30%
h. 注重個人衛生	40.40%
i. 減輕工作／學業壓力	33.00%
j. 定期身體檢查	18.70%
k. 其它	2.80%

受訪者認為改善他們的呼吸系統疾病的做法，最多受訪者認為政府改善環境污染佔近七成(69.5%)，其次順序做足夠運動 61.3%、充足睡眠佔 58.3%、依從醫生指示接受治療佔 45.4%，另均衡飲食及注重個人衛生均佔 40.4%，減輕工作／學業壓力則有 33%；至於與個人健康有密切影響的定期身體檢查則只有 18.7%，戒煙則只有 9.2%和預早接種疫苗只有 7.1%。

數據顯示，政府的環境污染改善工作至為重要，而市民個人的生活習慣亦起重要作用，包括做運動、充足睡眠、依從醫生指示接受治療等，但受訪者忽略疾病預防，例如定期身體檢查和預早接種疫苗等，都是值得關注的。

9.你認為上述哪一項是最重要的：（只可選一項）

a. 依從醫生指示接受治療	11.60%
b. 政府改善環境污染	44.60%
c. 預早接種疫苗	0.60%
d. 戒煙	2.90%
e. 充足睡眠	13.00%
f. 均衡飲食	1.60%
g. 做足夠運動	14.50%
h. 注重個人衛生	5.10%
i. 減輕工作／學業壓力	5.10%
j. 定期身體檢查	0.60%
k. 其它	0.90%

受訪者認為改善他們的呼吸系統疾病最重要是政府改善環境污染佔(44.6%)，而做足夠運動則有 14.5%，充足睡眠則有 13%，而依從醫生指示接受治療則有 11.6%。有關環境污染是呼吸系統疾病的主要原因已是不爭的事實，所以改善環境污染是市民的意願，其他被認為是最重要的選項亦正正反映受訪者自覺不足的一些做法，包括有足夠的運動和充足的睡眠，這又牽涉到繁忙的上班上學的安排要做到則有一定的難度。

10.你認為你患的呼吸疾病的病情發展：（只可選一項）

a. 可以穩定控制，不惡化	46.90%
b. 可以穩定控制並有改善	33.00%
c. 病情會惡化	4.10%
d. 不知道	15.70%
e. 其它	0.30%

受訪者認為他們患的呼吸疾病的病情發展近五成(46.9%)認為可以穩定控制，不惡化，認為可以穩定控制並有改善則有 33%，答不知道的則有 15.7%，直指病情會惡化則有 4.1%。由此可見，患呼吸系統疾病的受訪者大致算審慎樂觀，部份認為有改善，更多認為可以穩定控制病情，這些都是積極的現象，只要患病的市民不要諱疾忌醫，呼吸系統疾病可以透過良好的病情管理，把病情控制得宜，對生活的影響減到至低。