



主任医师万华正在做手术。

扁桃体,是切还是留?

一个7岁孩子无法呼吸的痛

不久前,奶奶带着孙子——7岁一年级的

小杰来到市三三一医院耳鼻喉甲状腺外科。小杰打小就是奶奶带,这两年来孩子特别容易感冒,一感冒就扁桃体发炎,睡觉也开始打呼噜憋气。另外,孩子平素不爱吃饭,身体矮小瘦弱;老师反映孩子上课老打瞌睡,背书也背不全,下课又非常好动,考试成绩不理想。

“因为孩子打鼾,我这两年没有睡过好觉,就怕孩子一口气憋住上不来……”奶奶早就想带小杰来看病了,但家里其他人意见不统一。“他们都觉得,打鼾说明孩子很累,睡得香。”奶奶

★ 警惕“看门人”成危害健康的“罪魁祸首”

陈映辉理解奶奶的想法。“在门诊,当对那些反复扁桃体发炎的患者提到手术切除扁桃体时,不论是成人还是孩子的家长,十有八九会说:扁桃体是有免疫功能的,切了不好吧。他们的后半句话是对的。扁桃体是一个免疫活性器官,可以产生淋巴细胞和抗体,具有抵抗细菌和病毒的功能。因此,对一个健康人来说,扁桃体就像个‘看门人’,起着守护我们健康的作用。”陈映辉介绍。

人们的口腔咽部遭受细菌的侵袭时,正常情况下,由于扁桃体表面上皮完整和粘液腺不断分泌,可以将细菌随同脱落的上皮细胞从隐窝口排出,因此保持着机体的健康。但当机体因寒冷、潮湿、过度劳累以及烟酒过度等原因造成抵抗力下降时,细菌繁殖加强,扁桃体上皮防御机能减弱,腺体分泌机能降低时,扁桃体就会遭受细菌感染而发炎。

“扁桃体是有免疫功能的,不能切除。”后半句是错误的。在一些情况下,切除扁桃体反

★ 扁桃体肥大对儿童危害明显

当扁桃体已经成为危害人体健康的“罪魁祸首”时,就应将其切除了。

医者父母心。对于很多家长担心孩子年纪小,有切除免疫器官可能有损免疫系统和身体发育的疑虑,陈映辉还解释,人体免疫系统是覆盖全身的防卫网络。保护身体的第一道防线是我们的皮肤、粘膜及其分泌物、细胞膜、呼吸道、胃肠道、尿道及肾脏等;第二道防线有吞噬作用、抗菌蛋白和炎症反应;第三道防线主要由免疫器官、免疫细胞借助血液循环和淋巴循环而组成。“除了扁桃体,我们还有淋巴、胸腺、脾脏等多种免疫器官。”

考虑到儿童会有生理性的扁桃体肥大,她认为,如果孩子没有明显症状家长可以不用担心。但如果反复发炎造成了扁桃体肥大,并且肥大的程度已经给孩子的成长发育

带来负面影响,就需要考虑扁桃体切除了。

“我们认为,如果扁桃体肥大出现以下几种情况,家长就要带孩子及时就医了:一、影响了孩子进食,表现为身体瘦小;二、影响言语发育,表现为说话含糊吐字不清;三、导致睡眠时呼吸障碍,出现打鼾,严重时会有憋气现象,睡眠不安;四、影响生长激素分泌,导致生长缓慢,大脑缺氧会影响记忆力,多动,脾气暴躁,注意力不集中等。”

奶奶最终听从了医生的建议,7岁的小杰接受了目前先进的低温等离子微创消融术,肥大的扁桃体被切除了。手术在全麻状态下进行,小杰睡得很安稳,术中基本无出血,术后恢复良好。

手术后当晚,小杰睡觉就不再打鼾了。

核心提示

打鼾就是我们常说的打呼噜,在生活中似乎平常不过了。如果是轻微的单纯性打鼾,不用太过担心。但如果鼾声很大且伴有呼吸不畅,那就说明身体健康出现了问题,医学上称为——阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合症,简称鼾症。本期健康周刊,我市重点特色专科、市三三一医院耳鼻喉甲状腺外科的专家为大家科普有关鼾症的那些事。哪些人容易打鼾?得了鼾症怎么办?详看本期报道。

打鼾也是病,得治!

朱洁 董文达



警惕“阻塞性睡眠呼吸暂停综合症”

成人打鼾——

51岁的李大叔严重打鼾已有5年了,1米六几的身高,体重却接近200斤,2年前被发现患有高血压。他白天易困倦、嗜睡,睡也不解乏,记忆力减退、反应迟钝、工作效率降低,出差同事都不和他住一间房。晚上睡觉影响家人,夜尿增多,吵得老婆受不了。

经朋友介绍,3月他来到市三三一医院耳鼻喉甲状腺外科,做了睡眠监测,结果发现已是重度鼾症,同时又发现患上了“糖尿病”,餐后血糖1529mmol/L。医生介绍说这都和鼾症有直接关系。不能再等了,6月初他调整好血糖、血压后,下定决心接受了鼾症手术治疗。目前,他睡眠获得改善,复查睡眠监测各项指标已经完全正常……

一份统计显示,大约有24%的男性和9%的女性在睡觉时打鼾,市三三一医院耳鼻喉甲状腺外科主任医师万华提醒市民,打鼾分“良性打鼾”和“恶性打鼾”。前者对自己和他人通常不会造成太大影响,但后者,也就是李大叔这样的情况,就万万不能忽视了。

★ “恶性打鼾”绝非小事

医生说的“恶性打鼾”就是“阻塞性睡眠呼吸暂停综合症”。

万华介绍,人在睡眠状态下,由于气道变窄或者阻塞,气流通过狭窄部位时,发出来的声音就是打鼾,“呼吸道狭窄到一定程度时,会导致呼吸道阻塞,出现憋气现象,医学上称之为阻塞性睡眠呼吸暂停。呼吸暂停的时间越长,危险越大。”

根据来就诊的病人,他描述了易打鼾人群的“群像”:一般来说,有身材偏胖、脸部较圆、脸上的肉比较虚、下颌窄、鼻子比例偏小等特征的人易发生打鼾;典型的表现是睡觉时会憋气,甚至憋醒猛然吸一口气的现象;还有这些人白天感觉疲劳,注意力不集中,记忆力减退等。

为何万万不能忽视“恶性打鼾”?万华解释,我们一生中约有30%的时间都在睡觉,良性打鼾稍作调整即可恢复正常,但若是病

★ 尽早发现,个性化治疗

征,这是诊断此类疾病的“金标准”。

一旦确诊,如何治疗?万华表示,要根据具体的情况去解决。如果是因疾病、肥胖等因素引起的打鼾,需要先治病、减肥,建议改变生活方式,戒烟戒酒、侧卧睡眠等。还有些情况,保守治疗达不到效果时,就必须通过手术治疗,不同的病情涉及的手术也不一样,我们有鼻腔手术、咽腔成型手术、颌舌前移术、舌骨悬吊等等。“每个人打鼾的原因不同,所以个性化解决才是治疗的关键。”他告

诉笔者。多年来已经有大量鼾症患者通过治疗彻底摆脱了亚健康状态。



为新症患者检查。

健康科普

扁桃体切除的适应症和禁忌症

适应症:

1. 急性扁桃体炎反复发作,每年4-5次以上,或有扁桃体周围脓肿病史。
2. 扁桃体过度肥大,妨碍呼吸、吞咽及言语者,或睡眠打鼾伴有憋气者。
3. 长期低热,全身检查除扁桃体炎外无其他病变者。
4. 扁桃体肥大同时伴有腺样体肥大,鼻窦炎,分泌性中耳炎者。
5. 由于扁桃体炎而导致的肾炎、风湿等病。

禁忌症:

1. 急性扁桃体炎发作后不满2周。
2. 造血系统疾病、凝血机能减退者。
3. 显著的高血压、心脏病、肺结核、糖尿病等不能耐受手术者。
4. 妇女月经期及经前3-5日不做手术。

别让鼾声坏了你的健康

