

“每到暑假,儿童腺样体切除手术就多起来。孩子确诊腺样体肥大以后,很多家长便陷入两难境地。保守治疗周期长,如果没有规范用药,很容易做无用功。手术治疗确实立竿见影,但毕竟是手术,害怕有风险,也怕术后会复发。最重要的是,很多家长不知道孩子哪些情况需要做手术,哪些情况可以不做手术。为此,记者采访了市太和医院耳鼻喉科头颈外科相关专家。”

■记者 叶楚榕



图据新华社

腺样体肥大患儿扎堆求诊

到底要不要做手术?听听专家怎么说

暑期腺样体门诊患儿明显增多

“7月以来,门诊上小儿腺样体肥大的患者确实增多。”7月17日,太和医院耳鼻咽喉科头颈外科小儿耳鼻喉亚专科主任邹帆告诉记者,每到暑假,来看腺样体肥大的孩子就扎堆,最近这类患者占门诊量的一半。

前不久,市民李女士带着6岁的儿子轩轩(化名)找到邹帆问诊。原来轩轩在一年前出现了睡觉张口呼吸伴随打鼾,而早在两年前他就在太和医院被诊断为腺样体肥大,医生建议做手术。但李女士想着孩子小,担心全麻手术对孩子有影响。此后,反复在多家医院找多位医师问诊。有的医生说可以先保守药物治疗,有的建议做手术,搞得李女士也犹豫不定。轩轩也用了一些药物治疗,打鼾的症状时轻时重,但是张口呼吸症状一直没有得到好转。直到后来李女士发现孩子出现了龅牙的情况,更加担心起来。

她带着孩子再次来到太和医院,经过邹帆检查,轩轩不仅存在腺样体肥大导致睡眠打鼾及张口呼吸,更是出现了腺样体面容。在邹帆反复解释及沟通的情况下,李女士同意让孩子住院治疗。

轩轩第一天入院,第二天就进行了腺样体全麻手术,第三天出院。术后一周,李女士带轩轩复查的时候表示,孩子睡眠打鼾的症状已缓解,张口呼吸的情况也得到改善。李女士在感谢医生的同时,也后悔没能早一点让轩轩手术,这才导致出现龅牙。邹帆让李女士不要担心,说问题不是很大,随着张口呼吸的改善,龅牙的问题也会慢慢消失,后期可以根据情况到口腔科进一步处理。

孩子腺样体肥大危害多

何为腺样体?邹帆介绍,腺样体又称咽扁桃体,位于鼻咽顶壁与后壁移行处,形似半个剥皮的橘子,肉眼通常看不到,需要借助医学仪器检查。腺样体在孩子出生后即存在,6至7岁时最显著,一般10岁以后逐渐萎缩。

儿童腺样体增生肥大引起一系列症状者,称腺样体肥大。所以临床上诊断腺样体肥大有两个条件,一是检查发现腺样体肥大,二是有一系列临床症状,并且这些症状是因腺样体肥大导致的。

儿童腺样体肥大会使咽鼓管阻塞导致分泌性中耳炎,患儿可出现耳鸣、耳闷及听力下降的症

状,有时会出现化脓性中耳炎,出现耳部流脓。因鼻咽部气道堵塞,患儿可出现鼻塞、流涕等症状,并由此引发鼻炎、鼻窦炎;严重者可出现睡眠打鼾及张口呼吸、讲话鼻音重,甚至出现阻塞性睡眠呼吸暂停。

另外,由于鼻腔分泌物刺激呼吸道黏膜,患儿会出现咽喉部不适、咳嗽、清嗓的症状,容易并发气管炎。更重要的是,由于腺样体肥大堵塞气道,导致患儿出现张口呼吸,长期张口呼吸将会出现上颌骨变长、腭骨高拱、牙列不齐、上切牙突出、唇厚、缺乏表情,即腺样体面容。

哪些情况适合手术切除腺样体?

腺样体肥大治疗分为保守药物治疗和手术治疗,那么出现哪些情况需要手术切除?

邹帆告诉记者,对于轻中度阻塞性睡眠呼吸暂停(所谓的打鼾)患儿,若发病病程较短、临床症状不严重,可采取保守药物治疗。对于中重度阻塞性睡眠呼吸暂停的患儿,如果检查发现腺样体肥大,可以考虑做腺样体切除手术。对于3岁以上已造成颌面骨性发育畸形或出现畸形趋势的患儿,需尽早干预治疗。

腺样体切除术有利于缓解幼儿慢性鼻窦炎的症状,对于药物治疗不理想的儿童慢性鼻窦炎可采取腺样体切除手术。对于反复发作的分泌性中耳炎,半年内3次感染或1年内4次感染;咽鼓管功能障碍,分泌性中耳炎经鼓膜置管拔管后需重复置管的患儿,也可采取腺样体切除手术。

听说腺样体一般10岁之后会逐步萎缩,有家长咨询,孩子腺样体肥大可不可以不做手术?等其10

岁之后自然萎缩。

对此,邹帆表示,在临床上也见到十三四岁腺样体仍然肥大的患者,所以不是每一个儿童腺样体10岁之后都会萎缩。若孩子已经腺样体肥大,没有出现相应的临床症状,可以考虑暂时观察,但是如果腺样体肥大已经出现一系列临床症状,比如张口呼吸、牙齿颌面部发育的问题等,建议尽早做手术治疗,因为在等待期间这些症状可能会进一步加重,从而带来更为严重的问题。

据了解,太和医院耳鼻咽喉头颈外科腺样体肥大手术目前采取的是日间手术,即48小时可以出院。患儿首先到门诊就诊,经过医生评估,对符合手术指征的患儿会安排日间手术。患儿在门诊进行常规检查无异常后,就会安排住院。住院次日会进行全麻手术,术后若无发热、出血等情况,很快就可以出院,整个住院时间不超过48小时。

三伏养阳正当时 这些要领莫忽视

一年中最热的三伏天来了,这么热的天,为什么还要养阳?阳气不足的表现有哪些?中医有什么建议?

十堰市中西医结合医院主任医师李国臣认为,春夏养阳,秋冬养阴。夏天人体阳气外发,皮肤毛孔开泄,使汗液外出调节体温,以适应炎热气候,故夏季更要注意保护阳气,一则汗多伤阳,二则因避暑过度贪凉而损耗阳气。夏季养阳对于人体阴阳平衡能起到良好作用,可以有效避免长夏时阳气丢失过多导致入秋后阴阳失衡,从而诱发各种疾病。

■记者 赵清

何为阳虚?

畏寒、面色苍白、精神不振、食欲下降、腰膝酸软、性欲减退;易感外邪,出现发热、头痛、鼻塞、咽痛、腹痛、腹泻等症状,这都是阳气不足的表现。

从脏腑来看,阳气不足分为心阳虚、脾阳虚、肺阳虚、肝阳虚、肾阳虚五种,每种表现又各不相同。

心阳虚:表现为心悸、心慌、胸闷、胸痛等。

肝阳虚:会出现情绪抑郁或低迷情况。

脾阳虚:表现为食欲不振、恶心呃逆、大便稀溏等。

肺阳虚:表现为咳嗽气短、呼吸无力、痰如白沫等症状。

肾阳虚:表现为腰膝酸软冷痛、小便频繁等症状。

夏季如何养阳?

改变生活方式

注意饮食宜清淡,寒凉之品不能太过;衣服要随时增减,不要受寒;节欲清心,不再耗伤肾精肾阳;避免熬夜,尽量保持每晚有7个小时的睡眠时间。

适当运动

夏季对应“心”,中医认为“汗为心之液”,故有“汗血同源”之说。有的人用蒸桑拿等方式减肥、养生。首先,发汗不等于减脂;其次,这些迫汗外出的方式耗气伤津,是在损耗人体的正气,让暑湿之邪有可乘之机,我们必须杜绝这些过度出汗的方式。夏季可适当运动,推荐太极拳、八段锦、五禽戏等运动方式,有补元气、强筋骨之功效。

热水泡脚

中医认为,脚部有多条经络,用热水泡脚能很好地促进气血畅通,振奋人体脏腑机能,有祛除暑湿、预防感冒、促进睡眠等功效。需要注意的是,患有糖尿病、心血管疾病、静脉曲张或静脉栓塞的人群泡脚时需注意控制水温和时间。

适当晒太阳

晒太阳是很好的补阳方法,机体阳气充足,则湿邪等邪气很难侵犯人体。平时应充分利用大自然的馈赠,在阳光充足的日子坚持晒太阳,每次晒30分钟左右即可。

揉五穴

按揉通里、内关、膻中、心俞、厥阴俞等五处穴位可温通心阳、调和气血,起到有效调补心阳、温补心阳的作用。