

听力下降耳闷耳痛 当心中耳炎

不及时治疗严重影响听力,还可能引起颅内并发症

■记者王艳



近来,温州30岁的肖先生感觉两只耳朵闷闷的,像塞了一团棉花,有些痛,听力似乎也下降了。去医院就诊后,医生诊断他这是患上了中耳炎。

中耳炎冬春季高发

温州医科大学附属第一医院(简称温医大附一院)耳鼻咽喉科副主任、耳科组长陈晓云副主任医师介绍,中耳炎是累及中耳(包括咽鼓管、鼓室、鼓窦及乳突气房)全部或部分结构的炎症病变。分为化脓性中耳炎和非化脓性中耳炎两大类,这两大类又有急性和慢性之分。

非化脓性中耳炎主要为耳闷,听力下降,化脓性中耳炎表现不间断性耳道流脓,鼓膜穿孔和听力下降。

冬春季节中耳炎多发,小儿发病率较高,约有60%的1岁以下宝宝都会得中耳炎,成人亦可发病。近来,温医大附一院该类患者占耳鼻咽喉科门诊患者的30%-40%左右,成人患者约占其中的30%。

感冒、乘飞机、婴幼儿咽鼓管功能不全等都是诱因

陈晓云介绍,中耳前壁有

咽鼓管通向鼻咽部,这是中耳与大气相通的天然管道,此管道一堵就会导致中耳发闷或中耳积液。中耳炎是一种常见的耳部疾病,引起中耳炎的诱因很多,比如感冒、擤鼻涕的方式不正确、游泳时不注意、乘飞机等。

感冒后咽部、鼻部的炎症向咽鼓管蔓延,咽鼓管咽口及管腔黏膜出现充血、肿胀,纤毛运动发生障碍,就易引起中耳炎;而游泳时,如果水通过鼻咽部而进入中耳,或者擤鼻涕时两侧鼻孔都捏住用力擤,压力就会迫使鼻涕向鼻后孔挤出,到达咽鼓管,鼻涕中含有大量的病毒和细菌,就易引发中耳炎。

另外,乘飞机时,在高空飞行过程中,鼓膜内外的压力是平衡的,但都较地面大气压力为小,当飞机下降时,外耳道的压力率先恢复正常大气压,当由咽鼓管进入鼓室的气体不足时,就会出现鼓膜内外压力失衡。当咽鼓管通气不足持续时间较长,就易引起鼓室咽鼓管内黏膜水肿渗出,加重咽鼓管的通气不足,从而导致急性中耳炎。

功能不全,并且耳道比大人短,倾斜度不高。患了感冒后,带着细菌或病毒的鼻涕便会在鼻子中积聚,很容易随着打喷嚏或咳嗽等进入中耳。另外,如果婴幼儿仰卧位吃奶,奶汁可经咽鼓管呛入中耳,引发中耳炎。

别把耳闷、耳痛当小病

陈晓云提醒,大部分的中耳炎会影响听力,导致中度到轻度的听力损失,短期内会导至传导性耳聋,长期发展还会导致混合性耳聋。听力减退早期比较轻微,后期加重,年龄越大越明显。

中耳炎还是儿童听力杀手,它们会导致鼓膜增厚,中耳积液,若中耳积液得不到有效处理,易造成持续的听力损害,听力难以恢复,导致学习障碍。

另外,当中耳炎久治不愈,治疗不当或者延误治疗时,常会导致局部组织器官的肿胀出现,有些患者还会出现高烧等全身性症状。有时,中耳炎还会诱发面瘫与迷路炎,表现为闭眼不能,口角歪斜,舌部味觉减弱。

当中耳炎透过骨质蔓延至颅内时,常会导致颅内并发症的产生,并发诸如脑膜炎、脑脓肿

等疾病,严重的甚至会导致患者死亡。因此,一旦患有中耳炎时,一定要及时积极治疗,避免颅内并发症的产生。

预防大于治疗,早期对症治疗效果好

陈晓云提醒,戒除不良习惯,预防中耳炎,同时,还要积极预防和治疗上呼吸道感染。特殊状态下,如在飞机下降或乘坐高铁、动车时,多做吞咽、咀嚼、打哈欠等动作,若感觉症状仍未消除,可用拇指和食指捏住鼻子,闭紧嘴巴,用力呼气,让气流冲开咽鼓管进入中耳空气腔而消除耳闷、耳重、耳痛等症状。

如果不幸患上中耳炎,治疗越早,治疗效果越好,所需治疗越简单。通常中耳炎类型不同相应的症状和治疗方法也不相同,如主要症状为耳部闷胀不适、听力下降、耳鸣等,可先药物治疗,严重时可做腺样体切除;若是急性化脓性中耳炎,其症状多为听力下降、耳部流脓等,应确定病因、控制炎症,促进分泌物排出;针对慢性化脓性中耳炎,在控制炎症的基础上,还应清理中耳病变,修复鼓膜,重建听力。

如果不幸患上中耳炎,治疗越早,治疗效果越好,所需治疗越简单。通常中耳炎类型不同相应的症状和治疗方法也不相同,如主要症状为耳部闷胀不适、听力下降、耳鸣等,可先药物治疗,严重时可做腺样体切除;若是急性化脓性中耳炎,其症状多为听力下降、耳部流脓等,应确定病因、控制炎症,促进分泌物排出;针对慢性化脓性中耳炎,在控制炎症的基础上,还应清理中耳病变,修复鼓膜,重建听力。



王来法与职工对话健康

我是不是患了强迫症

问:我在单位里很不受人欢迎,别人说过的话,我会在下一秒再问一次,而且老记不住,问到人家烦,觉得你这个人是不是有问题。我特别爱干净,在单位或乘坐公交车时,感到都不干净,都有细菌,如果清洗不净就要生很严重的病。

因此,每天晚上睡觉前都洗澡,但感到洗不干净,开大水龙头猛冲身体,一冲就是几个小时。请问王医生,我这样的情况是患了强迫症吗?

答:你所述之表现看,可能是由于强迫障碍导致的。

强迫障碍者在脑海里以刻板形式反复、持久出现某种想法、表象、情绪及强烈的内心冲动等强迫观念为基本特征的一类焦虑障碍。

虽然意识到这些观念是自己的思想,认为它们是多余的、完全没必要出现、没有现实意义的,不希望它们出现在脑海中,并极尽全力地抵制、摆脱、压抑它,却无力控制它的出现,严重影响他们的生活、工作等,感到十分苦恼。

因此强迫症的治疗是非常有必要的。

导致强迫症的因素很多,很复杂。一般认为有以下几点:

社会心理因素:诸如由于工作、生活环境的变迁,责任加重,处境困难,担心意外,家庭不和,或由于亲人丧亡,突然惊吓,遭受迫害等等都可能诱发强迫症。病情严重时,常有中度甚至重度的社会功能受损,成为不能工作的原因;但一般人始终有自制力,积极求医及治疗。

心理素质因素:约三分之二的强迫症病人病前即有强迫性人格或精神衰弱。其主要表现为患者努力图保持自身和环境的严密控制,他们注重细节,办任何事均力求准

确完善。但即使如此,患者也仍有不完善、不安全和不确定的感觉,他们或者表现为循规蹈矩,缺少判断,犹豫不决,依赖顺从;或者表现为固执倔强、墨守成规,拧折不弯及脾气急躁。

遗传因素:患者近亲中的同病患病率高于一般居民,认为强迫症与遗传有关。

命令式:长期接受指令去做某些事务,久而久之就会变成习惯。在没有接受命令时也会强迫自己去做某件事情。这也是导致强迫症的原因之一。

精神因素:凡能造成长期思想紧张、焦虑不安的社会心理因素或带来沉重精神打击的意外事故均是强迫症的诱发因素。

性格特征:三分之一强迫症患者病前具有一定程度的强迫人格,其同胞、父母及子女也多有强迫性人格特点。其特征为拘谨、犹豫、节俭、谨慎细心、过分注意细节、好思索、要求十全十美,但又过于刻板和缺乏灵活性。

器质性因素:临幊上昏睡性脑炎、颞叶挫伤、癫痫的病人可见强迫症状。而外科治疗显示切除尾神经束边缘脑白质对改善强迫症状有效,提示与上述部位的功能有关。此外,个性特征在发病中也有很重要的作用,这类病人往往有做事古板、井井有条、过于严肃等特点。

生化:有人认为强迫症患者5-HT能神经系统活动减弱导致强迫症产生,用增多5-HT生化递质的药物可治疗强迫症。

强迫症:属于中医郁证范畴。认为是心胆虚、肝郁、痰火积聚蒙蔽清窍,肝或肾阴虚所致。治以泻火、涤痰、开窍等法,效果比较满意。

王来法 杭州江南胃胆病研究所所长,杭州市中医药协会中医民间特色专业委员会主任委员,中华中医药学会传统诊疗技术与验方整理研究分会常委。

擅长用中医治疗疑难胃病、胆病、结石病、肿瘤等,尤其对慢性萎缩性胃炎、胃恶变等治疗领域有深入研究和独到见解。著有《慢性萎缩性胃炎》和《胃病康复之路》、《胃肠病调摄》、《标本兼治看胃病》等专著和医学论文40多篇。其中《标本兼治看胃病》等两本书籍已经被美国哈佛大学和耶鲁大学图书馆收藏。

健康常识

风寒、风热感冒分不清 专家教你辨证施治

■田晓航、余晓洁

“七九八九,单衣行走。”冬春交替之际感冒易发,如何鉴别风寒、风热感冒,及时对症下药?专家提示,患者可通过自行辨识口气等表征来判断感冒类型,辨证施治。

中医认为,冬季常见的感冒有“风寒感冒”和“风热感冒”两种类型,暑湿感冒冬季不常见。风寒、风热的属性并不是因季节而定,而是根据症状表现来区分。一般来讲,冬天气温低,在感冒初起时风寒特征表现明显,但风寒与风热感冒之间可以相互转化。

如何判断感冒属于风寒还是风热?中华中医药学会治未病分会副主任委员、辽宁中医药大学博士生导师朱爱松介绍,可通过“五辨”来识别:

辨寒与汗,发热重恶寒轻且有汗为风热;恶寒重发热轻且无汗为风寒。

辨口与痰,患者自觉口气热或兼燥、口干,有黄痰者为风热;自觉口中不热不燥或凉,痰白稀者为风寒。

辨鼻,患者自觉鼻燥,所出之气热或鼻涕稠浊者为风热;鼻无燥热感或觉凉或鼻涕易出且清稀者为风寒。

辨面色与舌苔,虽恶寒明显而面白唇红少苔者为风热;面白唇青或恶寒甚,舌薄白者为风寒。

辨小便,患者自觉小便微有热感者为风热;无热感而清长者为风寒。

专家表示,感冒初起时,风寒、风热的区别尚不明显。此时,病情较轻,可食用“葱白豆豉煲豆腐”。

治疗风寒感冒关键在于发汗,民间常用加盖厚被,喝姜枣水、喝姜粥米汤、热水泡脚等方法,食疗可选择姜糖苏叶饮。治疗风热感冒宜用辛凉之物疏散风热,可以薄荷鸡蛋肉丝汤、煮梨水进行食疗,并结合背部刮痧清内热。

NEOSHENG COMMERCIAL CO.,LTD.

遗失由杭州元朗餐饮管理有限公司遗失于2017年3月30日核发营业执照正副本各一本,统一信用代码:5057501023-01份,特此声明。

孙泽富遗失坐落于平水洋桥花都佳宅小区3-3-301室的房产证明书,房号:浙A27WXQCD,声明作废。

宁波市东钱湖旅游度假区祥兴保

丽有限公司遗失2017年1月11日核发的营业执照副本,统一信用代码:33070201MA281DUL8W,声明作废。

胡伟宏遗失坐落于薇山新村44幢408室的房屋所有权证,房号:浙A27WXQCD,声明作废。

宁波市北仑区元机械有限公司遗失2017年4月26日核发的营业执照正副本各一本,统一信用代码:3301010149-1,声明作废。

余姚市市场监督管理局遗失公

司遗失2017年3月20日核发的营业执

照正副本,统一信用代码:3301010149-1,声明作废。

宁波市北仑区元机械有限公司遗失2017年4月26日核发的营业执照正副本各一本,统一信用代码:3301010149-1,声明作废。

宁波市北仑区元机械有限公司遗失2017年4月26日核发的营业执照