

# 腺样体肥大莫轻视 早期干预很关键

□记者 魏应钦

本报讯 7岁的晶晶(化名)两年多来总是张着嘴睡觉,还时常打呼噜。最近,她的母亲发现这种现象越来越严重,孩子甚至出现了上切牙外突的情况,遂带着她到市二院耳鼻咽喉科检查,被诊断为腺样体肥大。“孩子打鼾的背后,腺样体和扁桃体肥大占了很大的因素。”市二院耳鼻咽喉科副主任、主任医师高青表示,腺样体和扁桃体肥大的危害有很多,除了会引起打鼾、腺样体面容等问题,还会引发耳鼻咽喉等多种疾病,影响孩子的健康成长,要及时进行干预。

对于晶晶的情况,经与其家长充分沟通,市二院耳鼻咽喉科医疗团队为其进行鼻内镜下腺样体等离子低温射频消融术,手术用时不到20分钟,便为孩子切除了鼻腔内“添堵”的腺样体。在接受了腺样体的微创手术后,晶晶次日就顺利出院。回家后,她张口呼吸、睡觉打鼾等问题都消失了。

## 腺样体肥大危害大

高青说,在该科门诊,医生经常会遇到像晶晶这样的情况。像孩子出现打鼾、鼻塞、慢性咳嗽、中耳炎等症状,都可能提示孩子出现了腺样体肥大,而大部分腺样体肥大的孩子还会伴有扁桃体肥大。腺样体是人体鼻咽部的淋巴组织,位于鼻腔后部,参与人体的免疫调节。孩子出生后腺样体即存在,随着年龄增长而逐渐增大,4岁至10岁为增殖旺盛的时期,10岁以后逐渐萎缩。腺样体肥大在儿童时期很常见,主要症状表现为睡觉打呼噜或张口呼吸。由于儿童鼻咽部比较狭窄,当腺样体和扁桃体肥大时会堵塞鼻腔,孩子鼻子无法通气,导致出现张口呼吸、打呼噜等症状。鼻咽部及其毗邻部位或腺样体自身的炎症反复刺激,都可导致腺样体病理性增生肥大。而肥大超过一定程

度,就会导致很多疾病。

“腺样体肥大导致儿童长期张口呼吸,可能影响面部和牙齿的生长发育,久而久之形成龅牙、咬合不齐、厚嘴唇、唇外翻等典型的腺样体面容。”高青说,有些孩子去看牙时,口腔科医生会建议先去耳鼻咽喉科检查。腺样体肥大除了影响孩子的容貌、睡眠、生长发育、智力发育等,还会诱发鼻炎、鼻窦炎、分泌性中耳炎等疾病,导致孩子出现注意力不集中、听力下降、性情烦躁以及鸡胸等后果,对孩子的生活、学习以及心理等造成严重影响。

## 早发现、早诊断、早治疗是关键

高青表示,现在的家长越来越关注孩子的成长,人们对这种疾病的认识在提高。前几天,一位母亲带着两个孩子前来就诊,经检查,兄妹两人都患有腺样体肥大的毛病,且情况比较严重。在医生的建议下,这位母亲主动要求为两个孩子进行微创手术,解除疾病困扰。

“门诊中,有的家长担心手术有风险,认为孩子的腺样体将来会萎缩,不需要手术治疗。”高青表示,是否需要手术要以症状和检查结果来决定,如果符合手术指征,那么手术越早做越好,可以避免一系列并发症的出现。目前的手术方式主要为鼻内镜下等离子低温射频消融术,具有画面清晰、微创、时间短、恢复快等优势,技术成熟,术后仅需住院一两天即可。

“暑假是腺样体肥大治疗的黄金时期,孩子有较为充足的时间进行治疗和恢复。去年暑假,科室为50多名腺样体肥大的患儿进行了手术治疗。”高青说,腺样体肥大早发现、早诊断、早治疗是关键。若孩子伴有睡觉打鼾、反复发作慢性分泌性中耳炎、鼻窦炎等并发症,请尽快到正规医疗机构专业科室进行系统检查和治疗,以免造成不可逆转的损害。

# 督导促改革 服务再提升

宝丰县人民医院落实“便民就医少跑腿”七大举措

□记者 魏应钦 通讯员 李文雅

本报讯 近日,市卫健委党组成员、疾控中心党组书记李爱军一行5人莅临宝丰县人民医院,就“便民就医少跑腿”七大举措落实情况进行现场督导检查。

市便民就医七项举措督导组现场查看了推行病案复印线上线下一体化服务、诊间支付服务、医保电子凭证全场景应用服务、病区结算服务、门诊患者医技检查24小时内完成服务、推行会诊转诊一站式服务等“便民就医少跑腿”七大举措落实情况,重点了解七大举措落地的工作流程、运行成效、信

息化建设等,并就遇到的问题与相关科室负责人进行了深入交流探讨。李爱军指出,要以信息化手段为支撑,通过创新服务理念、发挥信息技术优势、优化整合医疗资源和服务流程等,充分实现互联互通,让信息数据多跑腿、患者少跑腿,推动七大举措落地见效,提升百姓满意度和就医获得感。

据介绍,宝丰县人民医院推行七大便民就医举措工作以来,按照省定标准逐项落实细化,优化整合医疗资源和服务流程,持续提高医疗服务效率和水平,解决好群众就医过程中的“关键小事”,提升群众就医满意度和获得感。

## 科普园地

联系电话:13592191890

# 什么是家庭氧疗

中国平煤神马集团职业病防治院 陈丽

氧是维持生命的必需物质之一,人的生命离不开氧。吸入的氧通过肺部的毛细血管,由红细胞内的血红蛋白运输到全身组织,维持组织的供氧。氧疗是缺氧性疾病必需的治疗方法之一。当心脏、肺、血液等出现病变时就会发生缺氧,需要进行氧疗。在临床上,慢性肺部疾病导致的缺氧性疾病较为常见,如慢性阻塞性肺疾病、间质性肺疾病等。

近年来,氧疗已逐步从医院被推广到家庭,家庭氧疗已成为慢性肺部疾病患者治疗的一部分,家庭氧疗可以减轻缺氧和呼吸困难症状、减少并发症、减少住院时间、提高患者的生存率,改善患者的生活质量和精神状态。家庭氧疗已经深入人们的日常生活中,家庭氧疗的需求程度也越来越高。

## 一、什么是家庭氧疗?

家庭氧疗指经治疗病情稳定出院后,患者仍有慢性呼吸功能不全的症状,在家中利用吸氧设备进行长时间吸氧,以纠正慢性缺氧状况的一种治疗方式。一昼夜吸入低浓度氧15小时以上,并持续较长时间(60-90天后去医院重新评估是否需要继续长期氧疗),使 $PaO_2 \geq 60\text{mmHg}$ 或 $SaO_2$ 升至90%的一种氧疗方法。吸氧浓度为24%-28%,氧流量一般为1-2L/min。目前家庭氧疗使用最多的是家庭制氧机氧疗法,还有液氧罐氧疗法,因其较为笨重,使用较少。

## 二、氧疗的安全性与不良反应

虽然氧气是一种安全、不可燃的气体,但是它能够助燃,在有氧状态下,一些材料极易着火和燃烧。因此,

使用氧气时遵循安全措施尤为重要。家中应安装烟雾探测器并备用灭火器,以防发生火灾等突发事件。氧疗的不良不良反应主要包括呼吸道黏膜干燥、器械相关的面部压伤、吸入性肺不张、高碳酸血症与呼吸抑制、氧中毒等。

## 三、家庭氧疗注意事项

1.要合理选择吸氧时间,一般每天氧疗15个小时以上,而对于平时没有或者仅仅有轻微的低氧血症的患者,如果在劳动以后紧张或者劳累后短时间给予吸氧,也可以减轻气短等不适症状。另外,要注意睡眠时持续用氧,防止睡觉时中枢神经兴奋性降低及上呼吸道阻塞而加重缺氧。

2.要控制吸氧的流量。家庭氧疗应该坚持“长期低流量吸氧”的原则,氧流量过高会导致二氧化碳潴留,造成呼吸抑制。一般氧流量控制在1-2升每分钟。

3.最好买制氧机在家中使用,不能用工业用的氧气。

4.注意氧气的湿化,尤其是冬春这两个季节,空气比较干燥,人体呼吸道也非常干燥,在吸氧的时候,如果不进行湿化,气道里面的痰液是不容易排出来的。湿化瓶加入蒸馏水可以增加呼吸道内的温度和湿度,平时经常用的装置需要定期清洗消毒,鼻塞、输氧导管需要注意检查有无分泌物堵塞,及时更换。

5.注意用氧安全,做好防火、防油、防热、防震工作。

6.使用家用制氧机,建议准备氧气袋或氧气瓶备用,以免断电。

# 浅谈阿尔茨海默病

平顶山市第二人民医院神经内三科 范晓歌

人们平常说的老年痴呆是以智能低下,记忆、理解、判断力明显减退,精神呆滞,反应迟钝,甚至生活不能自理等为主要临床表现的疾病。随着人口老龄化,老年性痴呆的发病率增高,“老年痴呆”临床上一般指阿尔茨海默病。阿尔茨海默病是发生于老年和老年前期,以进行性认知功能障碍和行为损害为特征的中枢神经系统退行性病变。患上“老年痴呆”的人日常生活能力也会随着疾病的发展慢慢下降,精神状况也会有所下降。此类疾病多见于老年期间,发病的时候会有隐匿性,病情较为缓慢。在临床上会出现智力的损害。出现此类疾病以后,脑部的神经元会有所减少,并且会有脑部退化的状况出现。若是家族中有人曾出现过此类疾病,则会有一定的遗传性。

中医认为本虚标实是老年性痴呆的核心所在,补益肝肾治其本。痴呆病位主要在脑,与心、肝、脾、肾功能失调密切相关。治疗当以扶正为主,辅以祛邪。扶正应予柔肝、健脾、补肾,尤重补肾填精,益智醒脑;祛邪当予清热化痰,理气逐瘀,开窍醒神。

如何预防老年痴呆?

## 1.多参与活动

一些老人退休以后很少参与活动,与社会慢慢脱轨。多参加社会活动可以更好地缓解老年痴呆的症状,进行力所能及的活动甚至可以稳定好个人情绪,还可以避免一些不良的刺激出现。比如读书、看报、下象棋、打麻将等活动可以对大脑进行刺激,很大程度上能够预防老年痴呆。

## 2.适当锻炼身体

运动无疑是最好的“保健品”,日常生活中适当运动能够降低患病风险,比如散步、打太极拳、跳广场舞、打羽毛球、踢毽子等,都是些年纪大的人也可以承受的运动。

## 3.定期健康检查

脑部的退化从外部很难观察出来,随着年纪的增长,脑部的退化会越来越明显,需及时进行诊治,定期到医院对脑部进行检查。

预防老年痴呆可以改善患者生活质量,减少疾病的发生概率,因为老年痴呆疾病会导致患者反应迟钝、认知功能下降,这些都可能影响到生活自理能力,所以大家平时要预防高血压、血糖、血脂增高,要低盐低糖低脂饮食,多锻炼大脑多运动。