

# 夜夜鼾畅可能是病

## 专家:儿童长期打鼾影响发育

打鼾对一些人来说是再平常不过的事了,但是他们中很少有人知道严重的打鼾其实是一种病,有时甚至是噩梦中的“隐形杀手”——睡眠呼吸暂停低通气综合征(SAHS)是导致夜间猝死的重要病因之一,它最常见的临床表现就是打鼾。统计资料显示,睡眠呼吸暂停低通气综合征最常发生在30岁以上的人群中,男性发病是女性的4倍(女性经期发病较少,而绝经后明显增多)。但该病并不意味着儿童就能幸免,他们可在几个月大的时候就出现鼾症,而这可以影响其正常发育。



资料图片

### 肥胖是成人打鼾诱因

“肥胖是成人SAHS最直接的诱因,其危险度是性别差异的4倍,年龄差异的2倍。”解放军八一医院耳鼻喉科副主任医师梁伟平介绍说,高度肥胖不仅能导致下颌和咽周围脂肪沉积过多,还容易使体腔内的脂肪出现大量堆积,这些都可以给肺部及颈部组织施加过多压力,从而使呼吸变得更加困难。另一方面,肥胖者比标准体重者需要更多氧气,因此他们在睡眠时也会努力吸入更多空气,而这会让本来就狭窄的上呼吸道雪上加霜。除肥胖外,SAHS常见的诱因还有鼻咽咽喉部的异常、分泌因素、神经肌肉因素等。

正常情况下,儿童的呼吸系统是十分顺畅的,如果睡觉打鼾家长就应该提高警惕。小儿打鼾多是因为上呼吸道阻

塞导致的,阻塞原因很多,比如鼻咽部腺样体肥大、扁桃体肥大、有颅面结构的发育畸形等。这些诱因与发育或者慢性炎症有关,比如一些儿童扁桃体经常感染受刺激,不断化脓引发炎症从而导致扁桃体或者腺样体肥大。

### 鼾症容易被误诊

采访当天记者遇到了一名8岁鼾症男童。梁伟平医生介绍说,手术前这个小孩根本发不出后鼻音,有时醒着讲话都能出现呼噜声;手术后虽然后鼻音发得还不够标准,但父母再也不用夜里轮流守夜防备他在睡梦中憋气死亡。事实上,像他这样的小孩并不少见——上课睡觉,整天无精打采,成绩下滑,有的甚至会让本来就很狭窄的上呼吸道雪上加霜。除肥胖外,SAHS常见的诱因还有鼻咽咽喉部的异常、分泌因素、神经肌肉因素等。

燥,白天困倦、嗜睡,注意力不易集中,记忆力减退等症状时应及时排查是否患上SAHS,争取早发现早治疗。

### 打鼾可加重多种疾病

睡眠时反复的呼吸暂停会导致内分泌功能紊乱,神经调节功能失调、微循环异常,使组织器官缺血、缺氧加重从而出现损害。SAHS患者高血压的发生率约为50%-90%,而高血压患者中SAHS发生率约为20%-45%,这两者可相互影响并因此形成恶性循环。SAHS患者的夜间猝死在老年人和婴幼儿中更为明显,而中老年SAHS患者冠心病发病率会相对增多。对儿童而言,长期的睡眠呼吸暂停不仅影响智力发育,还会影响生长激素的分泌,导致身材矮小。另一方面,由于鼻咽部阻塞、呼吸方式不正确,小孩也常会因此出现面部畸形发育。

### 自我保健很重要

病因不同治疗方式也各异。梁伟平医生提醒说,不管选择哪种治疗,患者的自我保健都十分重要。自我保健可从以下几方面展开:首先尽量采取侧卧位睡眠,以防止咽部组织和舌后坠堵塞气道。其次,戒烟酒和避免服用安眠镇痛等药物,烟可刺激咽部和鼻腔,而酒和某些药物会使肌肉松弛,导致咽部的组织更容易阻塞气道。第三,坚持锻炼,有效控制体重。第四,积极治疗鼻腔阻塞性疾病,保持鼻部通畅。 快报记者 李鑫芳

# 追回失去的美丽

## 经济危机中整形美容需创新

江苏省中医院整形外科,医疗美容中心主任黄金龙教授

我国整形美容业经过20余年的发展,随着人们生活水平的提高和消费观念的更新,消费者对美容的需求越来越大。但自美国次贷危机引发的全球金融危机及经济衰退以来,整形美容业这一作为消费型医疗行业也不可避免的受到影响。

我2007年~2008年连续两年参加美国整形外科年会及考察很多城市的美容外科医院院所及大学医疗机构感受到金融危机对这个行业的冲击。2008年的美国整形外科年会就为如何应对经济危机召开专门研讨会,所有美国整形外科主席及许多世界知名整形外科教授都参与了讨论。据统计美国2008年上半年美容外科手术下降30%,有的地区下降50%。我国受金融危机的影响要滞后一段时间,但据调查各医疗美容机构的病人就医量及手术量也下降了20%。

如何应对金融危机对整形美容行业的冲击,在今年11月28日-30日的中华医学会医学美容分会主办、江苏省医学会承办的两岸四地美容医学会议上,我被邀请参加并在会上介绍了美国整形美容外科医生如何应对经济危机及整形美容医疗机构和整形美容外科医生如何应对经济危机的报告,受到参会者广泛关注。

如何应对经济危机:我认为创新是一条各种形式各种机构的整形美容医院的一条途径;品牌创新:医院品牌创新的目的是要在社会大众心目中树立值得信任和值得托付自己健康乃至生命的服务形象,这

点对民营整形美容机构很重要。医院品牌应包括4个部分:技术品牌、服务品牌、文化品牌和形象品牌。公立医院由于长期的品牌建设和文化积淀在老百姓心目中占有良好的形象,但医院的整形外科仍要创新自己科室的品牌。技术创新是重点,据对23省市调查(收到26万份有效答卷),70%消费者关心的是技术水平和素质。可以看出整形美容外科的技术水平的重要性。

江苏省中医院整形外科在技术创新方面走在同行的前面:我科与德国教授合作的新法巨乳缩小术、与美国斯坦福大学医疗中心整形外科合作的新法乳房再造术、美国Mendpor耳支架小耳再造术、面部轮廓标准的调查研究、与韩国著名鼻整形专家合作的综合鼻整形术及眶隔松弛矫正眼眼袋矫正术、美国爱尔曼射频面部轮廓整形术及小腿肥大矫正术等等,这一切都是我科快速发展并赢得国内同行尊敬的法宝。良好的品牌、较高信誉度、先进的技术,优秀的人才和团队是公立医院整形美容机构的优势,而体制的灵活、良好的服务、广告宣传又是民营整形美容医疗机构的优势。如何取长补短,提高创新思路,在机遇与挑战面前赢得先机,在经济危机这一大环境不利的情况下立足并赢得发展是每一个整形美容工作者需要思考的。总之,展望未来,挑战与机遇共存,困难和希望同在,只要我们坚持不断创新,整形美容医疗机构的明天一定会更加美好。

**女性健康 短信台**

移动、联通、小灵通用户发送: 13812610792 (短信1元/条,资费自理)

主办:江苏省女性健康关爱中心

手指拨动,健康拥有!只要你有女性健康问题,可随时发短信到“女性健康短信台”,妇产科专家免费为您的健康空中把脉!

13182\*\*\*\*99 最近去做妇科检查,医生说我得二度宫颈糜烂,现在正在用药物治疗,请问多久能治好?

您好,二度宫颈糜烂用药物治疗是治标不治本,建议采用“奥洛克超微宫颈修复系统”进行微创治疗。该手术无需住院、不开刀无疼痛,术后宫颈可恢复光滑如初。

13057\*\*\*\*16 我10月10日做的人流手术,到现在月经都没有来,请问怎么回事?

您好,可能是流产后子宫内膜损伤或炎症所致,也可能是卵巢功能失调或是再次怀孕等。建议您尽快到正规医院进行全面检查,明确诊断,针对性治疗。

13813\*\*\*\*16 我有直径4.5公分的子宫肌瘤,不想做开腹手术,有没有其它更好的办法?

您好,目前,“奥洛克超导多弹头系统”和“奥洛克超微腹腔镜系统”都可以对子宫肌瘤,进行不开刀的微创治疗。建议您去正规医院检查,医生会综合考虑您的情况后推荐合适的治疗方式。

13865\*\*\*\*52 听说现在有胎儿写真,我刚怀孕,请问什么时候可以拍?哪里有拍?

您好,您可在妊娠18-24周去正规医院用“四维彩超”拍胎儿写真,同时还可以检查胎儿生长发育情况。据了解,目前八一医院妇产科已开展该项服务。

15905\*\*\*\*81 半年前医生说我有盆腔积液,但我治了很久都没好,请问应当怎么办?

您好,根据您的情况,建议在药物治疗的基础上,结合使用深部热疗、盆疗、中药灌肠、体外短波等联合方式治疗盆腔积液,效果显著。

### 无肝胆病眼白为何发黄

小李最近发现自己的眼白有些发黄,到医院检查并没发现有肝胆疾病,这是为什么?鼓楼医院宁益眼科中心鲍连云副主任医师介绍说,如果能排除肝胆疾病的影响,那眼白发黄则可能是由色素沉着造成的。

我们的眼睛受环境影响较大,比如太阳光的刺激,做饭时的烟熏,长时间使用电脑等等。这样的刺激会使眼睛反复发红,而发红实际上就是眼球组织内丰富的毛细血管出血。受环境和不良用眼习惯影响,这种微量出血反复出现,久而久之不能被及时、完全吸收,从而积累在眼表组织内。这些积累物的外在表现就是眼白看起来有些发黄,但眼睛并不一定有不适的感觉。此外,长期滴用肾上腺素者也可出现棕红色铁质沉着。

快报记者 李鑫芳

### 保姆妇科病传染雇主夫妇

一个月前单位体检,身体什么毛病也没有,一个月后下身莫名的不舒服,而丈夫反映不对劲,张女士夫妇到医院一检查,居然发现了滴虫性阴道炎。怎么会患上了妇科病,还传染给了丈夫,考虑到家里最近刚请了保姆,张女士带保姆到医院做了检查。

这位持有健康证的保姆竟患有妇科疾病,张女士女士被吓出一身冷汗。

南京市妇幼保健院妇保所所长胡晨说,不少家庭在选择保姆时,越来越注重其身体状况,并将其列为聘用的首要条件。目前一些较为正规的家政公司,会提醒雇主对保姆进

### 肿瘤专家周末公益咨询

刚确诊的患者是先手术还是先化疗?放疗到底需要做几个疗程?本周末,我省的部分肿瘤专家(鼓楼医院肿瘤外科专家金遵禹主任、省

肿瘤医院化疗专家郭娃主任、腹部和妇科肿瘤专家阚毓冰主任等)将在南京嘉协健康教育中心开展公益咨询活动。活动热线:86897605。 洪平

# 手脚冰凉、麻木 冬季调治有妙方

天气越来越冷,体质虚弱的人常会感到手脚冰凉、麻木,反复感冒,女性朋友尤其多。这是因为,女性乃气血之人,容易导致气血虚亏,全身器官气血不足而失养,从而造成内分泌、雌激素以及各种代谢功能紊乱。这时就会出现中医所讲的各种虚症,一般表现为:气虚(气短心悸、倦怠乏力、动则气促)、血虚(头昏眼花、失眠多梦、面黄斑斑、易脱发、月经不规律)、脾虚(贫血、身材走型、手脚冰凉、肠胃不好、便秘或便溏)、肺虚(虚喘咳嗽、反复呼吸系统感染、易感冒)。



这里介绍一个单方,简单有效,用党参熬制45天成膏滋状,每次两钱(10g),早上配一枚核桃,晚上配两颗红枣,根据不同的年龄阶段和虚症轻重。用一个来月,各种虚症即可以得到根本治疗。这个方子是中医大师梅鹤龄老先生提供的,效果很独特,半个来月气色、精神、睡眠、肠胃功能、皮肤质量就会有明显改善。而且由于其恢复了人体本身的气血津液生成机能,停药后不会反弹,这个方子对于孕妇、男士、小孩也同样有效,10岁以下小孩用量减半。

秋冬时节虚症高发,可以用这个方子调调。在我市山西路宏图三胞对面华江药店、太平南路四川酒家南邻苏鲁药房、中山南路101号新街口南悦大药坊、汉中门十字路口向北100米九天药房、大厂新华路260号经久连源药房、江宁华泰富广场的延年堂药房、东山新街15号的延年堂药房、溧水同济街实验小学对面健民药房、高淳电宾馆对面万寿堂药坊、六合人民医院对面大众药房、江浦凤凰大街7-11号的筑康药房都可以买到或代购。详情请向025-82036700进行咨询。即日起买5盒送1盒,活动仅限3天。

行体检,有的也要求保姆持健康证,体检主要是查肝功,血常规,胸片,大便常规,体检项目重在防止传染性疾病传给雇主家庭,妇科病等往往会被忽视。

胡所长介绍,对于一些妇科病如滴虫性阴道炎具有明显的传染性,共同使用卫生洁具,共用坐便器及衣服一起混合洗,都会通过家长、家政人

员密切接触而传播,有时甚至会传染至家庭的孩子,该所就多次在雇主带来的家政人员中体检出严重的妇科病,有的甚至已经传染给雇主,同时该院妇科门诊也经常碰到家庭成成员,因为不重视妇科体检和妇科病的治疗,家长将妇科病、性病等疾病传染给幼儿的病例。

通讯员 孔晓明 快报记者 金宁

### 丙肝门诊干扰素α治疗 实行限额补助

从2009年1月1日起,南京市对参加城镇职工基本医疗保险的慢性丙型肝炎患者,增设丙肝门诊干扰素α治疗限额补助。据悉,南京市第二医院作为江苏省传染病诊疗技术中心,被指定为南京地区唯一的肝病门诊干扰素α治疗定点医院。

通讯员 嵇旭东

### 金陵男科岁末让利于民

为回报社会,回馈患者,值此岁末,南京金陵男科医院竭诚为广大患者朋友奉献一份厚礼,特别推出“金陵男科岁末感恩 健康大礼送三重”活动,发行总价值100万的健康存折,切实帮助患者朋友们减轻疾病防治的经济负担。让因各种原因未能及时得到治疗的患者享受到减免、低价、有效的治疗,使“看病难、看病贵”的问题得到圆满的解决。

12月19日-12月31日期间,凭他院治疗性功能障碍、前列腺、不孕不育等泌尿系统疾病病历;近期结婚证明;当日单张发票满300元的患者即可到汉中中路129号申领价值2000元的健康存折一份。此次赠送的健康存折将性功能障碍、前列腺疾病等男科检查项目和乳腺疾病、宫颈疾病等妇科检查项目分门别类,其中性功能障碍、不孕不育项目更一次性存入500元。此存折不记名不挂失,没有使用期限,只要患者持有健康存折,医院皆按照存折中所规定的抵充金额进行抵充,还可转借他人。一文

**金陵男科**

Goldman

我们时刻关注前列腺、性功能障碍、不孕不育患者

为回报社会,回馈患者,值此岁末,南京金陵男科医院竭诚为广大患者朋友奉献一份厚礼,特别推出“金陵男科岁末感恩 健康大礼送三重”活动,发行总价值100万的健康存折,切实帮助患者朋友们减轻疾病防治的经济负担。

**岁末感恩 健康大礼送3重**

■ 活动时间: 2008年12月19日——2008年12月31日

**一重大礼: 年终分红利 存折享性福**  
(凭他院泌尿系统疾病病历, 领取2000元健康存折)

**二重大礼: 结婚就送红包两千 健康存折来结婚**  
(凭近期结婚证明领取2000元的健康存折, 享受独家“性”福婚嫁)

**三重大礼: 单张发票额满300 即送健康存折**  
(凭本院当日单张满300元的发票, 领取价值2000元的健康存折)

025-52422222 025-52429212  
咨询电话: 52422222 咨询电话: 52429212  
医院地址: 汉中中路129号(新街口门诊部) 医院地址: 雨花东路47号(雨花住院部)

诚邀各界医疗精英加盟南京金陵男科医院 www.zhnk.com  
南京金陵男科医院近期特聘男科、妇科医生, 护士, 导医, 外勤人员。如有意者致电025-81752303 联系人: 尹主任