



60岁大伯喉咙不适三年,祸首竟是咽喉反流

记者 俞茜茜 通讯员 徐尤佳

喉咙痛、声音嘶哑、持续咳嗽……这些看似和呼吸道相关的症状,可能是咽喉反流引起的。在普通人当中,咽喉反流性疾病的发病率约占20%。“咽喉反流性疾病容易与其他疾病混淆,且要明确诊断比较困难。”杭州市中医院副主任陈志凌主任医师说,现在有了24小时动态咽喉气道监测后,可明确疾病类型,根据患者的情况做个性化治疗。

喉咙不适,竟是咽喉反流

一根0.5毫米粗细的软管探头从鼻腔探入咽喉,探头另一头连接着记录仪,轻轻一按记录仪上的开关,24小时的监测就开始了。

“感觉怎么样?有不舒服就跟我说了。”市中医院门诊楼4楼的耳鼻喉科诊室里,陈志凌副主任对正在做检查的许大伯说。

许大伯摸了摸喉咙,点点头:“挺好的,没有不舒服的感觉。”

60岁的许大伯是杭州人,他正在做的是24小时动态咽喉气道监测,这种监测是目前判断咽喉反流的国际标准。

三年前开始,许大伯经常感到喉咙不舒服,经常咳嗽。一开始,他以为是感冒引起的呼吸道症状,到呼吸内科就诊没查出问题。后来到消化内科就诊,也没找到病因。

几个月前,许大伯到市中医院耳鼻喉科就诊,医生判断是咽喉反流引起的喉咙不适,给他开了药,但喉咙不适的感觉一直没好转,还是经常咳。

“这次做24小时动态咽喉气道监测,目的是记录咽喉酸碱情况,搞清许大伯患的到底是什么类型的咽喉反流。”陈志凌说,咽喉反流其实分为酸性、碱性、气体等好几种类型。一般来说,酸性是胃酸反流引起的,碱性是胆汁反流引起的。不同类型治疗的方法和用药剂量都不一样。

“通过24小时动态咽喉气道监测,还可明确反流的时间段。明确诊断后,医生可根据患者的个体情况精准治疗,指导用药剂量和时间。”

咽喉反流易和其他疾病混淆 通过监测可明确类型

咽喉反流性疾病又称反流性咽喉炎,是指因胃内容物异常反流至食管上括约肌以上的咽喉部引起的临床症候群。有数据显示,普通人群中约有20%会有咽喉反流的症状,而在耳鼻喉科就诊的人群中约占60%。

“咽喉反流是发病率较高的一种疾病。这种病的年龄跨度很大,婴幼儿、年轻人、中老年人群都有可能得。我的门诊中,咽喉反流的患者占了50%左右,且近年来呈逐年递增的趋势。”

陈志凌说,不要忽视咽喉反流对人的伤害,咽喉反流与下咽癌的发生密切相关,如果在睡眠时发生咽喉反流,严重者甚至会致命。

“咽喉反流最典型的症状是喉咙不适,比如嗓子痛、咽喉异物感或烧灼感等。也有不少患者会持续咳嗽,门诊中遇到过一些患者,因咽喉反流持续几十年咳嗽一直不好。还有一部分患者会有嗓音嘶哑、发音异常的症状。”

据统计,约有40%—60%的咽喉反流患者,不会有胃部不适症状,从而导致患者不会将咽喉不适等反应与反流性疾病联系在一起。

此外,咽喉反流也会引起一些不典型的表现,如耳鸣、鼻炎、哮喘等类似症状,易引起误诊或漏诊;患者不知道该看哪个科室。

陈志凌说,以往耳鼻喉科的医生都是根据患者的症状来判断是否是咽喉反流性疾病,但无法明确到底是什么类型的咽喉反流。现在通过监测,就能

明确类型,精准治疗了。

饮食不当和情绪焦虑,是致病主因

“导致咽喉反流性疾病的最主要原因,是因饮食不当引起的。”陈志凌说,高油高脂的食物最易引起胃酸反流。他曾接诊一位8岁的小男孩,平时爱吃油炸食品和各种甜食,引起咽喉反流,经常喉咙疼痛、咳嗽。

还有不少年轻女性,平时很喜欢吃蛋糕、喝奶茶、咖啡等甜品,这也会引起胃酸增高,导致反流;像糯米类的食物,也不宜多吃,容易导致胃酸过多。

此外,生冷的食物也易引起咽喉反流性疾病。如今,很多女性经常吃水果、沙拉等生冷的食物来减肥,认为这些食物热量低。其实,这些生冷的食物会造成胃部不适,导致胃酸反流的几率也会增高。

陈志凌说,除了饮食健康外,心理因素也很重要。压力过大导致情绪焦虑,也会引起反流性疾病。前不久,陈医生接诊了一位13岁的女孩,因学习压力大,情绪非常焦虑,后来总是觉得嗓子不舒服,说话声音嘶哑,到耳鼻喉科检查,结果也是得了咽喉反流。

不少中老年人的咽喉反流性疾病大多是因为肌肉松弛引起的。贲门肌肉松弛,也易导致胃酸反流。

此外,不规律的作息和生活习惯,也会增加咽喉反流性疾病的患病几率。现在,不少年轻人喜欢在晚上去健身,或是经常吃夜宵、喝夜老酒,让胃肠道在该休息的时候得不到休息,引起功能紊乱,这也会增加患病的几率。

不喜欢打针吃药上医院的黄奶奶和老伴一起住进了浙江明州康复医院 医院贴心地把多余的第三张床搬走了

记者 周洁琼 通讯员 张煜铨

黄奶奶是位知识分子,年近80岁,说话依旧清晰有条理。但她有点小“任性”——不喜欢吃药、不喜欢去医院,她说自己“一生中只打过三次点滴”。在看病就医上,女儿女婿从来拿她没办法。

不过,最近黄奶奶却“妥协”了。自从住进明州康复医院的老年康复病区,她开始听从医生的嘱咐,认真吃药,休养生息,身体情况越来越好。虽说明州康复医院以重症康复为主要特色,但院内特设的“老年康复病房”让她打心底放心。她还把老伴也带进了明州,两人一起互相照应、陪伴。

黄奶奶后循环缺血住进明州

上个月15日,黄奶奶住进医院时,头晕、心慌很严重,有时候都喘不过气来,“连站都站不住,感觉像地震一样。”黄奶奶说现在想起来都后怕。

她说多亏住进了明州康复医院,“不然我哪还能这么利索地讲话呢?”

实际上,黄奶奶从去年年底开始,就已经开始头晕、站不稳了,连刷牙洗漱都要自己双手撑着洗手台,由老伴帮她刷牙才可以,家里其他事情也都干不了。但她向来不喜欢看病,就一直拖,拖不下去了,今年才打电话给女儿,结果大医院床位都很紧张,预约手术要排很久的队。

之后,黄奶奶听说了明州康复医院,便抱着试一试的心态,在9月13日打了医院的电话。黄奶奶说:“我问了很多详细的问题,医院的回答也很详细,感觉挺负责的。”第二天,她就来到明州康复医院就诊,第三天就办理了入院手续。

黄奶奶被确诊为后循环缺血,目前是暂时稳住了病情。

医院可算是对了黄奶奶的“胃口”

老人有时就像孩子,谁对他好对他亲热,他就开心。

黄奶奶感受到了这份关爱:“医生和护士把我们看作亲人一样,一口一个奶奶、爷爷的,特别亲切,一个多月下来,我跟他们都混熟了。主管医生每天来查房好几次,半夜里都会按时来查看,住着觉得特别安心、温馨。”

黄奶奶本身是个很有主见的人,有时候觉得自己不适合吃某种药,会和主管医生朱医生商量换

药,主管医生也很体谅她,在保证用药效果的前提下,会尊重她的意见,更换别的适合她的药。

“我从来没有像现在这样配合地吃药,每天8种。”她相信,有医生把关,她可安心接受治疗。

黄奶奶一把年纪了不想动手术遭罪,倾向于保守治疗,朱医生也明白老人家的的心声。他说,现在前期的治疗主要是对症下药,把黄奶奶的病情稳定住。至于后阶段的治疗和康复,则需要继续观察和商量。

住在明州老年康复病房有一个好处:要是病情加重,可以得到及时救治甚至抢救,因为医院有重症康复病房及ICU监护病房。

另外,黄奶奶2005年的时候便查出有颈椎病,平时睡眠也不太好,除了针对脑部的治疗,主管医生在治疗时也兼顾着这些旧疾。

带老伴一起住院

互相有伴还能一起做康复治疗

黄奶奶是带着老伴一起来明州的,后来发现老伴的身体也有问题,老伴便也住了进来,老伴也办了住院手续。医院还贴心地将两位老人所在病房的另一张空病床撤走,给二老腾出了更宽敞的空间。

“三个人的地儿还是只收两个人的钱,看得出,医院很为病人着想。”明州这里的病房,面积普遍都比较大,设施设备是崭新的,环境干净整洁,病人不多不少,没有拥挤感。

其实,黄奶奶带老伴来还有个原因。老伴先前动过心脏手术,又有“三高”,虽说2009年之后心脏一直没出问题,但总归还是让人不放心。另外,黄奶奶发现这几年老伴的记忆力开始严重下降,执行能



力和认知能力都变差了,有阿尔兹海默症的迹象,在家里同一包药会吃两次,“他一个人在家,我怎么放心得下?”

现在好了,两人的吃药用药都由护士负责,也不用担心吃错了。

在医院里,闲下来两人就看看报,说说话,互相照顾着陪伴着。“反正我们也不急着出院,在这里又不给女儿添麻烦,她工作忙。”黄奶奶说。

除了黄奶奶,在医院里还可以看到不少患心脏病、糖尿病等需要常年医治的患者,有的是直接入住老年康复病房,有的是病情好转从重症康复病房转过来的。和家里相比,这里的老年康复病房除了环境好,更重要的还是有专业的医疗和护理。

如果说手术是让人活过来,康复则是让人活得更好。如果您有康复方面的问题,可在今明两天(9:00—17:00)拨打快报健康热线85051486咨询。