



上海都记者 林宝珍

今年5岁的丽丽(化名),因睡觉打鼾、张口呼吸等,到医院查出腺样体肥大,家长为要不要手术而焦虑不已。前两周,丽丽到省立医院耳鼻喉科进一步检查后却发现,除了有典型的腺样体肥大阻塞后鼻孔的情况,还有过敏性鼻炎和鼻-鼻窦炎。在医生的建议下接受抗鼻窦、抗过敏治疗后,丽丽睡觉平稳了,也不张嘴呼吸了。这意味着,她不需要手术了。

据介绍,寒假以来,医院挤满了做腺样体手术的孩子。对此,福建省立医院耳鼻喉科主任陈婷教授表示,腺样体肥大的原因很多,往往与过敏性疾病有关,可以先对症处理,然后再考虑是否手术,同时她也介绍了门诊中的几个小故事。

寒假来临,医院挤满了做腺样体手术的孩子,专家提醒:

# 孩子腺样体肥大也可能是过敏了

## 抗过敏治疗后,孩子睡觉不再张口呼吸

半年多以来,丽丽睡觉打鼾,张口呼吸,翻来覆去睡不安稳。妈妈问了一些朋友,也看了很多网上的小视频,怀疑孩子是腺样体肥大,到医院一检查,果然是!

“听说腺样体肥大的孩子长期张口呼吸,会出现腺样体面容,会越来越丑,很多家长带孩子去手术。但是手术要全麻,对孩子的影响也不小吧?”几个月来,丽丽妈陷入了焦虑,

拿不定主意。前两周放寒假后,她决定带孩子到省立医院耳鼻喉科看看,听听专家的意见。

让丽丽妈想不到的是,进一步检查后发现,丽丽除了腺样体肥大阻塞了70%

的后鼻孔外,同时还伴有过敏性鼻炎和鼻-鼻窦炎。在进行了两周的抗鼻窦、抗过敏治疗后,丽丽睡觉平稳了,不张嘴呼吸了。这意味着,孩子不需要手术了。丽丽妈松了一口气!

## 食物过敏和不耐受,2岁娃腺样体肥大

2岁的嘟嘟(化名),从小总是生病不断,不是拉肚子就是发烧咳嗽,或者突然冒出皮疹。前段时间,嘟嘟晚上睡觉憋气、打呼噜,翻来覆去睡不安稳,需要父母轮流抱着才能睡得好一些。难道是孩子腺样体肥

大堵了气道,缺氧憋气?嘟嘟爸妈找到陈婷主任门诊。一检查,孩子真是腺样体肥大。家长很是紧张:“这么小的孩子就要做全麻手术了?”

“不要着急。”陈婷主任询问了嘟嘟的起居饮食情

况后,建议查一查孩子有没有食物过敏或者不耐受。抽血结果显示,嘟嘟对多种食物过敏和不耐受。后来,家长把嘟嘟平常喝的牛奶改成氨基酸,并且根据抽血的提示,观察特定食物的身体反应,调整食

物品种和摄入量,同时辅助抗过敏治疗。

一个月后,嘟嘟睡眠稳定了很多,咳嗽、发烧、拉肚子的情况也少了。原来,让嘟嘟“腺样体肥大”的元凶,主要是食物过敏和食物不耐受。

## 过敏性鼻炎未控制,腺样体切除后仍口呼吸

小明(化名)长期张口呼吸,已经出现腺样体面容,去年暑假做了腺样体和扁桃体切除术,可是最近几个月,小明张口呼吸的情况没有改善,甚至还更厉害了。不是说手术切了腺样体,就能疏通气道,不

再张口呼吸了吗?难道是手术没有“做干净”?带着疑问,家长找到陈婷主任就诊。

“通过鼻咽镜检查,小明的腺样体已做得干干净净,后鼻孔也非常通畅。但是鼻道、后鼻孔有大量

脓鼻涕,尘螨过敏原皮试强阳性,特异性抗原血清检测尘螨和猫毛过敏。”陈婷主任了解到,这半年,小明反复打喷嚏,流清鼻涕、鼻塞,有时候还揉眼睛,反反复复吃药,好了又来,总不能彻底。

根据小明的情况,陈婷主任建议小明家里不要再养猫,并给予抗鼻窦炎和抗过敏性鼻炎药物治疗两周,同时开启尘螨皮下注射免疫脱敏治疗。2个月,小明睡觉也不再张口呼吸了。

# 打完篮球 男孩双脚痛得厉害

原来是扁平足惹祸;医生建议,若发现扁平足,最好寻求医生做专业评估

海都讯(记者 刘薇)泉州11岁的彬彬(化名)喜爱运动,篮球、足球、羽毛球,样样喜欢。可最近他发现,篮球打得久一些或足球踢的时间长一点,双脚就痛得厉害。妈妈把孩子带去医院一查,竟是扁平足惹的祸!

拍片、测量以及临床症状,确诊孩子为扁平足,又叫平足症。张主任指导彬彬做功能锻炼,并做足弓垫保护治疗。

“使用足弓垫矫正是一个长期的过程,其间须定期复查,根据孩子的生长发育进行调整、更换,直至孩子的足弓发育成熟。”张主任指出,如果经保守治疗一段时间,孩子的症状仍旧无法好转,严重影响正常生活,此时可考

虑施行微创手术治疗,一方面解决疼痛问题,一方面帮助恢复和重建孩子的足部功能。

“在正常情况下,人的足骨呈现一个弓背向上的弓形,这样的足纵弓除有一定的高度外,还有很好的弹性,让人们在行走、负重时可以缓冲体重对人体的冲击,吸收振荡,保护足部。”张小路主任医师介绍,有扁平足的人,脚底基本是平的,没有明显

的足弓,站立时脚底接触地面。由于脚的结构发生异常,导致下肢负重的着力点改变,常常导致足外翻畸形,引起行走疼痛等症状。

据介绍,平足症的病因有先天性与后天性两大类,先天性与足骨、韧带、肌肉发育异常有关,后天性则与劳累过度、穿鞋不当、疾病等有关。

张主任建议,若发现扁平足,最好寻求医生做

专业评估,确诊孩子是否需要干预。

“其实,家长们不必过于焦虑。大多数扁平足患者没有症状,不需要特殊治疗;只有当扁平足合并有疼痛等症状时,才需及时就医,并在医生的指导下进行合理治疗。”张主任指出,扁平足是可以控制或者治愈的,可采用功能锻炼、穿矫形鞋或矫形鞋垫进行治疗,必要时通过手术矫形。

### 小贴士

#### 光脚走路可刺激足弓形成

张主任介绍,正常人体足弓形态从4-6岁开始发育,小时候可以多让孩子光脚或穿薄袜走路,让孩子的足弓得到一定刺激,促进足弓形成;如果到6岁时还未形成足弓,可以做一些加强足部肌肉强度的锻炼,比如,用脚趾拾取弹珠或鹅卵石、踮脚尖训练等;若到了七八岁还未形成足弓,经医生专业评估后如需干预,可在医生的指导下,使用矫形鞋垫并坚持穿戴。

## 长乐百日攻坚推进渔区安全生产

海都讯(记者 刘文辉 通讯员 骆骏骅 柯抒琳)“您好,请问您了解什么是‘三无’船舶吗?”“您了解违法捕捞会给海洋生物带来伤害吗?”近日,福州长乐区海洋与渔业局在梅花镇五显鼻渔港,开展“一查

两严管”百日攻坚行动宣传活动,积极引导渔民合法生产。

“我们还在闽江河口海域开展专项清网行动,现场共清除海上违规‘定置网’6处,拆除违规网具20余张,清理海域面积约3

平方公里,为来往渔船扫清航行安全隐患,保障航道畅通。”长乐区海渔局相关负责人表示,新的一年,该局将继续深入推进主题教育,积极解决渔船安全生产、乡镇船舶管理和渔港提升改造等难题,维护渔区社会稳定。

## 长乐漳港街道有序推动被征地养老保险领取工作

海都讯(记者 刘文辉 通讯员 柯抒琳)近日,记者来到福州长乐区漳港街道门楼村,看到前来领取被征地养老保险的村民络绎不绝。“每个月能领到380元,我们的生活更有保障了。”村民柯大爷高兴地说。

据了解,由于门楼村人均耕地面积为0.1749亩,低于长乐区人均耕地面积0.177亩,根据《长乐区被征地农民养老保险试行办法》,符合领取被征地农民养老保险条件。

村60周岁及以上人群可到村部办理手续领取被征地养老保险,后续金额将每月直接打到村民农商银行卡上,已有养老保险的被征地农民也照样能享受到被征地社保补偿。”漳港街道相关负责人说。

### 福州一周花粉监测报告

福建省立医院过敏性疾病诊疗中心 联合发布  
海峡都市报

时间:2024.1.23—2024.1.29  
花粉浓度:0粒/立方米  
日均花粉浓度:0粒/立方米  
花粉浓度趋势:本周花粉为很低水平,较上周有下降  
监测地点:福建省立医院门诊楼

本期指导专家



陈婷 教授、博士生导师、主任医师

福建省立医院耳鼻喉科行政负责人  
福建省立医院过敏疾病诊疗中心主任  
中华医学会耳鼻喉头颈外科分会嗓音学组委员  
中国康复医学会吞咽障碍康复专业委员会委员  
中国医学促进会胃食管反流疾病专业委员会委员  
福建省百千万人才,福建省高层次人才

### 提醒

#### 腺样体扁桃体要不要切 先考虑这几个问题

“孩子腺样体和扁桃体增生肥大,本身是一个正常的生理现象,是孩子上呼吸道免疫建立的一个必需的过程,对成长很重要,并不都是病,也并不是都要切除。”陈婷主任建议家长们,针对孩子腺样体/扁桃体肥大是否要手术的问题,考虑以下几点:

1.只有当腺样体、扁桃体增生肥大,大到让气道出现不可逆的阻塞时,才需要手术,比如保守治疗后憋气打鼾睡眠不稳定不能改善,腺样体面容已经出现。

2.腺样体、扁桃体过度肥大,过敏是核心。过敏反应会刺激这些淋巴组织快速异常增殖,出现肥大,阻塞气道。积极控制过敏性疾病,是手术以外必须同步的必要治疗。

3.腺样体、扁桃体肥大阻塞鼻通气道的后段,过敏性鼻炎会导致鼻通道前段的阻塞,所以前后气道需要同步治疗,即手术+抗过敏,才能彻底治好口呼吸,阻断腺样体面容的出现。

4.低龄(3岁以下)孩子的腺样体、扁桃体肥大,往往和食物过敏关系密切,需要明确食谱,科学喂养,并逐步建立食物耐受,才是长久之计;如果腺样体确实肥大阻塞无法快速缓解,建议手术,否则长期缺氧,影响孩子身体和大脑的发育。

5.如果气道阻塞确实无法很快缓解,腺样体、扁桃体明确肥大不能消退,建议7岁以前进行手术切除,让孩子颌面发育重塑有个时间回到正常轨道。