

# 用嗓过度 长期烟酒 会加重慢性咽炎症状

什么是慢性咽炎？为什么慢性咽炎很常见？10月25日上午9:30~10:30，本报健康热线0551-62623752，邀请了合肥市三院耳鼻喉科主任黄学勤与读者交流。

□ 傅喆 记者 马冰璐 文/图

## 慢性咽炎多见于成年人

读者：什么是慢性咽炎？

黄学勤：慢性咽炎是咽部黏膜、黏膜下及淋巴组织的慢性炎症，常为上呼吸道感染的一部分。本病多见于成年人，病程长、症状顽固，不易治愈。

## 很多原因都能引起慢性咽炎

读者：为什么慢性咽炎很常见？

黄学勤：这主要是因为很多原因都能引起慢性咽炎，包括有局部因素和全身因素。局部因素表现有：1.急性咽炎反复发作转为慢性；2.上呼吸道炎症的刺激，如慢性鼻窦炎、鼻咽部炎症等，都可因其炎性分泌物经后鼻孔至咽后壁刺激咽部黏膜，还有长期张口呼吸的患者，因咽部黏膜过度干燥而导致慢性咽炎。另外慢性扁桃体炎、龋齿等亦可引起慢性咽炎；3.长期烟酒过度，或受粉尘、有害气体的刺激，亦可以引起慢性咽炎；4.职业因素（教师、歌唱者）及体质因素也可以引起慢性咽炎。全身因素：包括多种慢性疾病，如贫血、消化不良、胃食管反流性疾病、心血管疾病、慢性下呼吸道感染、肝肾疾病等都能够引发慢性咽炎。另外，内分泌紊乱、自主神经失调、维生素缺乏以及免疫功能紊乱等都可以与慢性咽炎有关。因此，临床上慢性咽炎较为常见。

## 主要表现有咽喉部的各种不适感

读者：慢性咽炎有哪些表现？

黄学勤：慢性咽炎主要表现为咽喉部的各种不适感，如异物感、灼热感、干燥感、痒感、刺激感和轻微的疼痛等。由于咽后壁常有较粘稠的分泌物刺激，常在晨起时出现较频繁的刺激性咳嗽，严重时可引起作呕，咳



黄学勤 主任医师，从事耳鼻咽喉科临床工作33年，具有扎实的专业基础理论知识和丰富的临床经验，对耳鼻咽喉科危急重症能及时组织有效救治，并能较好地诊治耳鼻咽喉科的疑难杂症。

嗽时常无分泌物咳出。上述症状因人而异，轻重不一，往往在用嗓过度、受凉或疲劳时加重。全身症状一般都不明显。

## 咽喉部不适

### 不能简单地认为就是慢性咽炎

读者：咽喉部不适就是慢性咽炎吗？

黄学勤：慢性咽炎一般来讲，根据病史及检查所见，诊断并不困难，但应排除鼻、咽、喉、食管和颈部的隐匿性病损，这些部位的早期恶性病变也有与慢性咽炎相似的症状，表现有咽喉部的各种不适感，因此咽喉部有不适感，不能简单地认为就是慢性咽炎，应作全面仔细的检查，以免误诊。近年来有研究表明，胃内容物经食管返流到咽部，对咽喉黏膜产生刺激，可导致返流性咽喉炎，表现有咽喉部的各种不适感。而且国内外还有研究报道，喉癌的发病与咽喉反流关系密切，应引起重视。

## 安全用药

问：如何正确服用速效救心丸？

答：速效救心丸是治疗冠心病、心绞痛的急救药，其实速效救心丸同时具备预防、治疗和急救三重功效。

第一要掌握好服药时机：患者在使用前，要逐渐摸索自身心绞痛发作的规律，如出现胸闷、心前区不适、左肩酸沉等症状时，要迅速含服速效救心丸。

第二要掌握好剂量：一般预防剂量为每次4粒，一日2~3次；治疗剂量为每次6粒，一日3次；急性发作时每次服15粒。当然，最好在医生指导下，根据体质、病情确定服用剂量。

第三要掌握服用方法：速效救心丸采用舌下含服法，药物有效成分通过舌下黏膜吸收，可迅速进入血液循环，避免口服经肠胃、肝脏代谢的首过效应，减少药物降解损失。

为更快地发挥药效，可先将药丸咬碎后再置于舌的下方，口腔干燥时，可含少许白开水，以利药物的吸收，但不宜用水送服。

第四要掌握服药姿势：宜采取坐姿，这样可使回心血量减少，减轻心脏负担，使心肌供氧相对满足自身需要，从而缓解病情。

第五速效救心丸可以长期服用：临床验证表明，长期服用不仅不会影响急救疗效，而且还可以通过改善患者心肌缺血状况，预防心绞痛、心梗的发作或明显减轻发作程度，大大降低心肌梗死的发生率。

最后安徽食药监局提醒大家，速效救心丸虽对冠心病、心绞痛、脑血管器质性疾病的治有显著疗效，但患者急性发作时，如连续含药2次后症状不见缓解，应立即送往医院，以免延误治疗或发生不良后果。此外，由于每个人的身体状况有所差异，具体如何服用速效救心丸，还得咨询医生，结合自身情况进行服用。 □ 石跃新 记者 王伟伟

## 下期预告

小儿腹泻如何预防？小儿腹泻如何治疗？11月1日上午9:30至10:30，本报健康热线0551-62623752，将邀请安徽省针灸医院康复二科副主任医师吴灵芝与读者交流。

吴灵芝：副主任医师，擅长针药治疗成人小儿脑瘫、脑炎后遗症、脊髓炎、遗尿、厌食症、抽动秽语综合症及成人中风、截瘫、颈椎病、腰腿痛等。 □ 王津淼 记者 马冰璐

## 医疗传真

### 我省组建核辐射紧急医学救援队伍

星报讯（夏鹏程 王晓璐 记者 马冰璐）10月23日至27日，第22次全国职业病防治学术交流大会在合肥召开，记者从会上获悉，安徽省第二人民医院（安徽省职业病防治院）继获批安徽省核辐射紧急医学救援基地后，正牵头组建安徽省核辐射紧急医学救援队伍。

据了解，安徽省的职业病发病构成主要为尘肺病、职业中毒、核辐射，近6年来，我省共诊断3500多例各类职业病，其中90%为尘肺病。近7年来，安徽省第二人民医院（安徽省职业病防治院）深入700余家企业，开展职业（放射）卫生检测评价工作，对近17万作业工人进行了职业健康体检，涉及电力、化工、建材、电子、机械、煤炭等多工业领域；每年接待各类职业病诊断咨询1500例次，组织职业病诊断会诊400余次，出具职业病诊断证明书311份，包括尘肺病、职业性布鲁氏菌病、高原性心脏病、手臂振动病等，收治各类职业病500多人。

为了给全省职业病患者提供更优质的医疗服务，近6万㎡的安徽省职业病防治院综合业务大楼将于今年年底启用，并设有实验室、门诊、病区和职业健康监护中心等。据安徽省第二人民医院（安徽省职业病防治院）党委书记、院长张兵介绍，继获批安徽省核辐射紧急医学救援基地后，该院正牵头组建安徽省核辐射紧急医学救援队伍，以应对突发核辐射事件，切实提升安徽省突发事件核辐射卫生应急水平和处置能力，有效开展卫生应急救援，“将组建2支共计120人的核辐射紧急医学救援队伍，并配备价值2300多万元的设备设施。”

## 孩子应尽量避免接触手机、平板电脑

星报讯（记者 马冰璐）最近，不少孩子因过度用眼引发内斜视就诊。对此，专家提醒，孩子应尽量避免接触手机、平板电脑。

专家提醒，手机屏幕小、亮度高，如果长期近距离、高度集中地用眼，会引起眼球过度的调节，过度的集合，使眼睛不能维持原有的眼球运动调节平衡，导致眼睛出现内斜视，并伴有严重的复视。这种情况需

要休养三个月到半年，不能恢复的话可能就要手术了。

因此，孩子应尽量避免接触手机、平板电脑，如果使用手机看小说或玩游戏，尽量不要超过15分钟；看电视的话，每天最多不超过1个小时，每看20分钟，就需要休息10分钟；平时多眺望远处，看看绿色，适当参加一些室外活动。

## 喝酒贪杯，当心酒精中毒

星报讯（记者 马冰璐）随着天气转冷，不少人喜欢喝酒暖身，专家提醒，喝酒应适量，切勿贪杯，以免引发酒精中毒。

据了解，酒精，学名叫做乙醇，过量摄入即可引起酒精中毒。专家表示，对于酒精中毒的人来说，清醒者应该立即反复催吐或洗胃，以减少酒精的吸收，但是饮酒超过1小时则不推荐洗胃；对于症状表现较轻的人，可以

适当吃一些含糖较多的食品如苹果、香蕉、柑橘等以及富含维生素C和维生素B的食品，同时鼓励多喝水，以促进排尿。一旦酒精中毒出现昏睡及昏迷，应立即送至医院检查治疗，而到达医院前要让饮酒者采取侧卧位，并注意保持呼吸道通畅。对于情况严重的人，需要在医院治疗，最好实施心电监护，同时补液补糖促清醒以及保护胃黏膜等对症处理。