

看电视声音大 睡觉打鼾 你的孩子,会是腺样体肥大?

□本报记者 林颖 通讯员 金荻

“涛涛,快把电视的声音关小点,太吵了!”

“不,我不要,关小我就听不清了。”

今年4岁的涛涛机灵可爱,可最近一个多月,父母发现涛涛的听力有些不太对劲,对声音显得有些不太敏感。和幼儿园老师一沟通,发现涛涛近来回答案的反应也迟钝了许多。



看电视和电脑太近

腺样体肿大,导致听力下降。

上个月,福建省儿童医院开业,涛涛的妈妈带他找到了前来坐诊的上海儿童医学中心耳鼻喉科专家陈洁主任医师。经过检查,陈洁发现涛涛听力下降的原因,竟是严重的腺样体肿大导致的。由于腺样体压迫了咽鼓管的管口,导致中耳鼓室出现积液,听力下降。

腺样体肿大?

涛涛的妈妈有些纳闷。腺样体肥大这个毛病她听身边的妈妈提过,一般有这个问题的孩子,晚上睡觉鼾声都比较严重,可涛涛晚上睡觉很正常,怎么会肿大那么严重呢?

“腺样体肥大的表现可没有你想得这么简单呢!”听了涛涛妈妈的疑惑,陈洁耐心地给她作了解释。

出现这些症状 警惕腺样体肥大

腺样体肥大是儿童的常见

病、多发病,可占儿童耳鼻喉科手术的70%。但这种疾病不太容易被家长发现,因为它的发病年龄集中在3~6岁,这个年龄段的孩子未必能很好地表达自己的感受,因此需要家长日常的细致观察,早发现、早治疗。除了会导致听力下降,这些表现也需警惕腺样体肥大。

打鼾

打鼾是比较容易发现的一种疾病表征。很多家长都认为孩子打鼾是很正常的事,甚至认为打鼾是“睡得香”,这是错误的。

3~6岁孩子打鼾常见的原因来自于腺样体肥大,或扁桃体肥大,或鼻炎。如果家长发现孩子睡觉时有一直张嘴呼吸、打鼾,甚至睡到一半呼吸出现暂停的情况,并持续三周以上,就要警惕孩子很可能有腺样体肥大等得病因。

当然,有些孩子打鼾是体位不当引起的,如果调整孩子的头

部姿势能够止住鼾声,那么就不必太紧张。

生长发育迟缓

严重的腺样体肥大导致的睡眠呼吸暂停,暂停的时间长了可以缺氧,让孩子生长发育受影响。这些孩子会表现为白天困倦、生长发育落后、尿床、梦游和睡眠惊醒等等。

“有些家长平时没有和孩子一起睡,不容易发现孩子夜里打鼾,但孩子出现生长发育明显迟缓,查找原因时可以关注一下腺样体。”陈洁说。

变丑

鼻塞呼吸不畅,张口呼吸会影响面部发育,形成特殊面容,即腺样体面容。多表现为颌骨变长,腭骨高拱,牙列不齐,上切牙突出,唇厚影响美观。

出现腺样体面容和时间长短没有很必然的联系,有些孩子出现腺样体肥大三个多月,面容就可能变丑,因此家长发现孩子有相关症状,应及时带孩子就诊。

变傻

打鼾严重时会导致呼吸暂停,会导致血氧饱和度下降,长此以往,孩子还会出现反应迟钝、注意力不集中、表情呆滞等情况。

反复呼吸道感染

如果孩子出现阵咳,反复呼吸道感染或感染,家长要警惕孩

子是否有腺样体肥大的病症,可以去专业的耳鼻喉科检查,不要简单当作感冒治疗。

腺样体肥大 都要切除吗?

听完陈洁主任的介绍,涛涛妈妈恍然大悟。由于涛涛的腺样体肥大比较严重,已经堵塞了80%左右的气道,需要手术治疗。

今天上午,通过内窥镜下的低温等离子消融术,陈洁为他成功摘除了腺样体,并清除了耳朵内的积液。

发现孩子有腺样体肥大,是否都要一切了之?答案是否定的。

是否需要手术,主要还是看有没有下列明显的手术指征:

打鼾,憋气症状持续数月,药物治疗效果不佳;

腺样体肥大,阻塞70%以上;

睡眠监测提示有中到重度伴低氧血症;

腺样体肥大引发中耳炎;

腺样体肥大导致鼻窦炎长期不好。

腺样体肥大伴牙颌面畸形

若病情严重影响身体健康,且通过保守治疗没有明显效果的腺样体肥大,可以考虑进行手术切除腺样体。

如果病情不是很严重,可通过药物治疗,并注意营养,加强身体锻炼,提高自身免疫力。

孩子频繁眨眼,家长细心观察

□本报记者 张帅
通讯员 张世杰

日常生活中,我们会发现许多孩子都喜欢眨眼。这些小毛病可能预示着孩子的眼部健康出现了大问题。

与日常生活习惯有关

福州女孩小雅(化名)今年读三年级,从一年级开始就发现爱眨眼,但是不明显,偶尔晚上眨几下,家人一直没有在意。

直到三年级后,家人发现她眨眼的情况明显严重了,不仅晚上,白天也一直眨,而且频率很高。

近日,家人带着小雅来到福州东南眼科医院,在该院中医眼科检查后,诊断结果是小雅得了结膜炎、干眼症。

这与她日常生活习惯也有关系。

据了解,小雅在读一、二年级期间,比较少吃上火的零食,每天都有喝开水。升入三年级后,她不仅经常吃上火的零食,也不喝开水,加上晚上迟睡,导致疲劳,所以引起的眼疾症状比较严重。

随后,小雅在医院接受了医生的治疗方案,做了3次雾化,以及滴眼药水治疗。1个月后,小雅频繁眨眼睛的症状得到了缓解。

孩子频繁眨眼,是上火了吗?

什么叫做频繁眨眼

福州东南眼科中医眼科主任肖国武说,苦恼于孩子老眨眼,你要先弄懂正常的眨眼频率是多少。

眨眼的正常频率:正常情况下,新生儿大约每分钟眨眼2次,长大后眨眼次数会达到每分钟15~20次。

儿童频繁眨眼可能是这些原因

眼睛疲劳

现在孩子的学习负担重,常常连续几个小时伏案学习,难得的课余时间又沉迷手机等电子产品,眼睛长时间处于高负荷状态,容易出现视觉疲劳。这种情况下,孩子就会下意识地增加眨眼次数,使视觉清晰。

这种情况建议增加户外活动时间,如果出现近视、远视等屈光问题,应到眼科医院验配眼镜。

干眼症

我们常常认为干眼症是成年人的疾病,但目前,越来越多的儿童青少年也出现了干眼症。在游戏、学习这些专注时刻,孩子的眨眼次数会降低,泪液蒸发快,导致眼睛越发干涩,最后出现频繁眨眼的情况。

干眼症可以通过减少电子产品和近距离用眼的时间来改善,也可以到医院进行系统治疗。

眼部炎症

这是最常见的原因之一。可能是细菌、病毒、衣原体等感染所致的如结膜炎、角膜炎等,除了眨眼增多外,还通常伴有眼睛发红、发痒、分泌物增多、流泪等症状。

这类眨眼可以到眼科医院进行相关的诊断,对症进行治疗。

抽动障碍

儿童抽动症常见于2~15岁,是多组肌群不自主抽动,其中以频繁眨眼为最常见的表现,另外还可伴有多部位抽动或复合性运动抽动,如皱眉、歪嘴、耸肩等。

得了“抽动障碍”的孩子应及早就医,除了药物治疗外,还应进

行心理支持治疗和行为治疗。

系统治疗眨眼,中医眼科医生有话讲

肖国武主任认为,孩子频繁眨眼与体质有一定关系,多采用健脾消食、平肝熄风、养血祛风等法,一般可以通过口服中药调理,结合中药超声雾化、针灸等进行系统治疗。

儿童频繁眨眼,中医眼科学称之为“目劄”,见于《审视瑶函》:“目劄者,肝有风也。”

肖国武主任提醒,目前已开学,虽然网课暂时告一段落,但是无论是学习或是生活当中,孩子都难以避免接触到电视、电脑、手机等电子产品。因此,父母还是得格外注意孩子的眼睛保健,尽可能地避免蓝光伤害。最重要的还是,尽量要求孩子减少使用电子设备的时间,可以多带孩子进行户外运动,享受阳光和新鲜空气。

如果家中孩子频繁眨眼,应该先观察是否只是恶作剧。若在一段时间的监督后无法改善,应该及时到专业的眼科医院进行诊断治疗。