

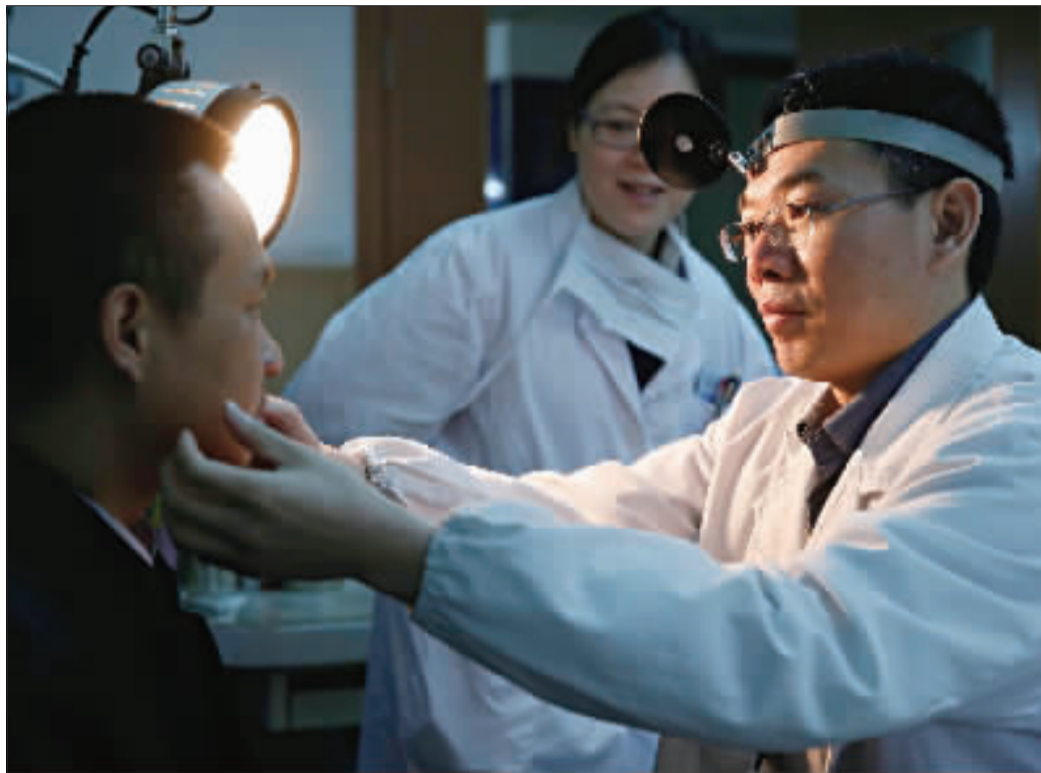
长期低头 眩晕, 当心耳石症

专家建议: 如果感到阵发性天旋地转, 不妨先到耳鼻咽喉科检查

经常头晕目眩, 很多人第一反应会想到神经性疾病, 但事实上, “耳石症”也会导致眩晕。如今“耳石症”的患者越来越多, 很多是喜欢长时间低头玩手机或平板电脑的人。

在此, 上海交通大学附属第六人民医院耳鼻咽喉科殷善开主任、时海波副主任和于栋祯副主任医师建议, 如果感到阵发性的天旋地转, 尤其是与体位变化有关的眩晕, 不妨先到耳鼻咽喉科检查。

青年报记者 顾金华



第六人民医院耳鼻咽喉科的医生在为患者作检查。

青年报记者 杨磊 摄

■ 资讯

35%外来建筑工 不适时选择看病

本报讯 记者 顾金华 近日, 上海市第一人民医院为外来建筑工举行了大型义诊咨询活动, 同时也发布了本市首份针对一线外来建筑工的健康状况质量调查的蓝皮书。调查显示, 在觉得不适的时候, 37%的务工者会选择忍受, 既不吃药, 也不看病, 28%的务工者会在病情严重时自行去药店买药吃, 只有35%会去医疗机构就诊。

CCB新药 助高血压患者降压

本报讯 记者 顾金华 中国疾控中心慢病防控中心2013年公布的研究结果显示, 我国高血压患者人数已突破3.3亿, 平均每3个成人中就有1人是高血压患者。尽管《中国高血压指南》推荐了5类降压药物都可作为初始降压治疗, 但如何选择仍然大有学问。有研究显示, 长效CCB适合中国高血压患者降压的优化治疗。

康复界专家研讨 JAS新技术

本报讯 在日前举行的首届康复行业新技术研讨会上, 康复界权威围绕JAS关节活动障碍高效解决方案进行讨论。据该技术创始人介绍, 这项技术堪比“患者随身携带的治疗师”。

季节交替 婴幼儿须防流感

本报讯 记者 顾金华 初春是季节性流感的高发季节, 专家提醒, 对于婴幼儿等流感高危人群, 可以选择提前接种流感疫苗并做好其他相应的防护工作。世界卫生组织和中国疾病预防控制中心等权威机构均推荐, 预防流感最有效的方法就是每年定期接种疫苗来预防流感。一般来说, 年龄在6个月及以上, 没有接种禁忌的宝宝就可以接种流感疫苗了。流感疫苗需要每年定期接种。此外, 宝宝还需要在日常起居上进行预防。



联系我们 qnbjzk@163.com

眩晕? 长期低头? 可能是耳石作怪

近一年多来, 张女士饱受眩晕之苦, 开始她以为是疲劳导致, 后去医院检查颈椎、脑CT……一圈检查做下来却仍没有找到病根。一次偶然的的机会, 她终于在耳鼻喉科找到了眩晕的“罪魁祸首”——耳石。

为何小小的耳石会“翻江倒海”? 据介绍, 正常人的内耳中都有耳石。耳石症是指耳石从其正常附着部位脱落进入内耳迷路, 由于耳石与内耳淋巴液的比重存在差异, 在体位或头位变化时引起耳石的游走, 从而对内耳平衡感受器造成撞击, 导致平衡失调及眩晕的临床症状。

虽然引起眩晕的原因很多, 但耳石症无疑占有很大比重。耳石症引起的眩晕, 尽管有头晕目眩的感觉, 但神志清楚, 且无听力下降, 多数情况下仅持续数秒至十余秒。持续发作的旋转性眩晕超过半小时以上一般不考虑耳石症。

于栋祯副主任医师指出, 目前耳石症特点为“一高三低”, 即发病率高, 公众知晓率低, 诊断率低, 耳石复位率低, 医患双方长期对耳石症的知识不了解, 绝大多数病例被误诊为短暂性脑缺血发作、后循环缺血、脑供血不足。且眩晕与颈部转动密切相关, 亦往往误以为是颈椎病发作等。

耳石症患者如今随处可见, 像会计、设计师、IT工作者这些长期低头工作的人是高发人群。于主任表示, 因为长期低头的动作, 影响到了耳朵的供血, 进而引发了耳石的脱落。

耳石症复位治疗效果佳

耳石症可以治疗吗? 专家给出的回答是肯定的。

于主任指出, 绝大多数耳石症引起的眩晕只需门诊治疗, 最佳治疗手段是通过调整体位使得耳石回归稳定的部位, 从而遏制由于耳石游走引起的不良刺激, 治愈与缓解临床症状, 这就是耳石症的复位治疗。有些患者希望使用药物治疗, 但大量的临床实践表明, 尽管药物可能有一定的减轻症状的效果, 但是多数情况下并不是特效的。当然, 如果是因各种原因不能进行复位治疗, 也可以采用药物治疗减轻症状。

耳石症的复位治疗包括手

法复位和耳石复位椅辅助的复位治疗, 两者的疗效均可达到90%以上, 然而, 大约5%左右的病人治疗效果不好。对于确诊的耳石症患者, 经过反复耳石复位治疗仍反复发作的患者可以选择手术治疗。

专家提醒, 耳石症患者在生活中要防跌倒。眩晕状态下的摔倒, 人体完全没有肢体支撑、遮挡等自我保护行为, 常常导致严重的颅面部外伤, 因此一定要注意安全并及时就诊。耳石症患者还应该避免体位和头位的剧烈改变, 不要从事高空作业之类的工作, 在耳石症恢复之前也不要游泳。

[专家介绍]



殷善开 主任医师, 二级教授, 博导, 杰出青年基金获得者, 百千万国家级”科技人才及国家级突出贡献的中青年专家。现任上海交通大学附属第六人民医院副院长, 上海市“重中之重”耳鼻咽喉科主任等。长期

从事内耳疾病及阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征(OSAHS)的临床与应用基础研究, 精于耳聋、眩晕、面瘫、侧颅底肿瘤及OSAHS的诊治。在国内、外期刊上发表论文400余篇。先后主持国家级、省部级课题近30项。

时海波 医学博士, 主任医师, 博导。现任上海市第六人民医院耳鼻咽喉科行政副主任(主持工作), 兼任中华医学会耳鼻咽喉科学分会青年委员,

于栋祯 上海交通大学附属第六人民医院耳鼻咽喉科副主任医师。

上海市医学会耳鼻咽喉科学分会青年委员, 擅长周围性面瘫、耳源性眩晕、中耳炎、重度感音神经性聋等疾病的手术治疗。

擅长耳鸣、耳聋、眩晕的综合诊治。

[小贴士] 鼓膜穿孔需要及早手术治疗

小明所在的公司最近组织了一次体检, 医生告诉小明, 他的左耳鼓膜穿孔, 是慢性中耳炎, 需要尽早手术。小明很纠结, 平时并没有什么不舒服, 需要手术吗?

原来鼓膜是外耳道深部一层具有弹性的薄膜, 具有集音和扩音功能, 也具有屏障保护作用, 受到感染或压力的破坏时容易发生穿孔。

鼓膜如果穿孔, 不仅会妨碍声波的传入, 而且病菌、污水等容易直接侵入耳道深部的中耳

腔, 从而诱发更为严重的中耳腔感染。只要有鼓膜穿孔, 应该及早手术治疗, 越早手术效果越好, 而越迟做效果越差。

手术需要在精密显微镜下进行, 在修复鼓膜穿孔同时清理存在的病灶, 这就是所谓的“鼓室成形术”。上海市第六人民医院耳鼻咽喉科自二十世纪五十年代开展鼓室成形术以来, 共为7000余例中耳炎患者施行了各型鼓室成形手术, 修复鼓膜与重建听力, 干耳率达90%以上。