



健康  
维权

电话: 13939525087  
邮箱: 147247651@qq.com

六院在线

## 打鼾也是病 需对症治疗

打鼾是我们身边的常事,更是我们必须关注的事。日常生活中,很多人睡觉时会打鼾,它是病吗?听听市六院呼吸内科主任孟玉红怎么说——打鼾的医学名称叫睡眠呼吸暂停低通气综合征,是多种原因引起的上气道阻塞和(或)中枢性的呼吸抑制,以睡眠中反复出现,伴或不伴鼾声的呼吸变浅或暂停,及日间嗜睡、疲乏等为主要症状的常见睡眠呼吸疾病。

该病分为阻塞性、中枢性和混合性三种。阻塞性的病因是上气道狭窄,神经体液调节受抑制,常见于肥胖、下颌后缩或小颌畸形、扁桃体肥大、软腭或悬雍垂过长、巨舌症或者舌后坠、鼻中隔偏曲、鼻息肉、肥厚性鼻炎、过敏性鼻炎、鼻窦炎、肿瘤、鼻甲肥大、腺样体肥大(儿童鼾症)、内分泌疾病如甲状腺功能减退症、饮酒或服用镇静药、体位影响(如仰卧位)。临床表现有:白天嗜睡、疲乏无力,头痛,注意力不集中。夜晚打鼾为主要症状,鼾声不规则,高低不等,往往是鼾声一气流停止一喘息

一声交替出现,一般气流中断20~30秒,个别长达2分钟以上;发绀明显、呼吸暂停、憋醒、多动不安、多汗(与气道阻塞后呼吸用力)和呼吸暂停导致高碳酸血症有关)、遗尿、睡眠行为异常(表现为恐惧、惊叫、呓语、夜游幻听)。多系统损害的表现有:高血压、心律失常、冠心病、充血性心力衰竭、脑卒中、癫痫、认知功能障碍、精神行为障碍、慢性阻塞性肺疾病、肺动脉高压、呼吸中枢异常、功能障碍、糖尿病、肢端肥大症、甲状腺功能减退等。

睡眠呼吸暂停低通气综合征的诊断可以从两个方面确诊:一是根据病史、症状、体征和入睡后观察15分钟以上可以做出推测性诊断。二是确诊需进行多导睡眠图监测(PSG)。若每晚7小时睡眠中,呼吸暂停反复出现达30次以上,每次呼吸暂停10秒以上或睡眠呼吸紊乱指数超过5次以上,同时日间嗜睡评分大于9分即可确定诊断。

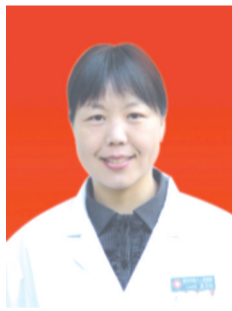
一般治疗包括戒烟、戒酒,避

免服用镇静安眠药,侧卧位睡眠,减轻体重等。药物治疗可用呼吸兴奋剂如安官黄体酮、乙酰唑胺等;改变睡眠结构的普罗替林、氯西咪嗪等,应严格在医师指导下进行。其他治疗还有口腔矫治器、软腭作用器、舌牵引器和下颌前移器以及手术治疗等,因病因不同而异。

无创呼吸机治疗——这是目前世界公认的最有效的治疗方。原理是使用一个空气泵经鼻面罩输送给患者一定范围的正压空气,用其空气支架的作用阻止上气道塌陷使患者保持睡眠时上气道的开放。呼吸机治疗的注意事项:需长期治疗、保持有效的治疗压力、保持鼻腔通畅、正确选择和使用鼻罩或鼻面罩、使用湿化器或加温湿化器。市六院呼吸内科拥有无创呼吸机、多导睡眠呼吸监测仪、肺功能仪、心电监护仪、电子支气管镜、心电除颤仪等一大批先进诊疗设备,对阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征(打鼾)等呼吸系统疾病治疗有丰富的经验。

王丹

### 简介



孟玉红,市六院呼吸、神经内科主任兼呼吸内科主任,副主任医师。现任漯河市医学会呼吸内科学会及漯河市老年病学会委员,是漯河市呼吸与危重学科、老年病学科带头人,曾进修于郑州大学一附院、河南省人民医院呼吸与危重症科。熟练掌握电子支气管镜、有创呼吸机、无创呼吸机、肺功能监测、睡眠呼吸监测等诊疗技术,擅长慢阻肺、肺心病、哮喘、肺癌、睡眠打鼾等疾病的诊治。

科室电话:0395-5962287  
孟玉红电话:13839535251

百姓看得起病的城市二级医院  
漯河市第六人民医院  
相约六院 健康常伴  
地址:漯河市八一路东段83号  
急诊科:5962087病人服务中心:5966002

## 志愿者到爱心粥屋服务

本报讯 8月31日,临颍县中医院的青年志愿者在颍松路爱心粥屋里为环卫工人做饭、炒菜、盛菜、发馍,忙得不亦乐乎。

临颍县中医院青年志愿者协会是2015年由医生邢广华发起,

骨科、美容科、皮肤科等科室青年职工志愿成立的,现有志愿者10人,其目的就是向社会奉献爱心,传播正能量。

临颍县中医院一名负责人表示,爱心粥屋负责人郭丽丹多年来乐于助人,无私奉献,关爱环卫

工等弱势群体的事迹,非常感动,值得医院全院干部职工学习。

当天该院青年志愿者每人还凑钱,购买了12桶食用油,送到了爱心粥屋。

本报记者 朱红

## 常听耳机损害听力

在我国,有关机构曾做过一项抽样调查,对某高校3826名在校大学生进行了问卷调查,结果发现,使用耳机的共有3819人,耳机使用率为99.8%,其中每天使用耳机2个小时以上的,超过了800人,占比超过20%。而在接受调查的学生中,已经出现了噪声性听力损伤的超过了1000人,所占比例接近30%。

那么,是什么原因导致耳机在

听力损伤方面存在较大风险呢?其一与使用环境有关。如果在相对嘈杂环境中使用耳机就会调大音量,这样就有可能加大听力损伤风险;其二,目前我国尚缺乏听力安全的强制性标准,手机产品基本都没有添加音量提示功能。有关风险监测结果显示,目前约有五成左右的耳机类产品最高声压级超标,使用不当无疑会带来不可逆的听力伤害,耳机及配套产品带来的安全风险不

容低估。

人戴上耳机后,外耳道口即被耳机紧紧堵塞住。高音量的音频声压会直接进入耳内而损伤听力,造成不可恢复的听力损害。长期用耳机听音乐,听觉就会出现疲劳、损伤,引起听力减退,人体就会出现烦躁不安、头晕、失眠、记忆力减退、注意力不集中、思维反应迟钝、异常心理障碍等情况,对身体健康十分有害。

据新华网

## 树民营医院形象 展民营医院风采

### 名医苑

漯河市民营医院协会  
协办

孙会琴 漯河康利医院妇产科主任、副主任医师



★擅长: 子宫下段剖宫产, 子宫肌瘤切除, 阴式子宫切除, 阴道前后壁修补, 处女膜修补、腹腔镜、宫腔镜等各种手术及不孕症的治疗。

咨询电话:13683950505

梁振华 市人大代表,漯河中西医结合眼科医院院长,出身中医眼科世家,从事中医医治眼疾近30年



★擅长: 采用独创的中西医结合方法,治疗当今国内外医学界公认的难治性三大致盲眼病(眼底黄斑变性、视网膜静脉阻塞和糖尿病眼底病变)。对其他各种眼病如眼底出血、青光眼、白内障、角膜炎、泪道疾病等治疗方法独特。

咨询电话:2663898

郭桂枝 柳江医院主治医师,妇产科主任,工作20余年,积累了丰富的临床经验,多次进修于河南省人民医院妇产科



★擅长: 剖宫产术、卵巢肿瘤、子宫肌瘤的诊疗及手术治疗,在妇科整形、无痛人流、无痛引产、无痛分娩、妇科炎症、宫颈糜烂、阴道炎等方面诊疗经验丰富,先后发表论文5篇。

咨询电话:15518266617

吕路线 市精神病院特邀专家,医学博士、硕士生导师、河南省精神病院院长,国家自然科学基金二审评审专家、中国神经科学学会精神病学基础与临床分会常务委员



★擅长: 精神和心理疾病的临床、教学、科研、防治等工作。

每周四,在市精神病院坐诊。  
助理预约电话:15537300969