

反复出现鼻塞、鼻涕、打喷嚏，鼻内发痒、发热不断

# 究竟是“感冒”还是“鼻炎”

河南协和医院耳鼻喉权威专家，深度解读披着“感冒外衣”的各种鼻炎

□晚报记者 聂广利

## 病例回放

家住二七区的何智敏先生来医院就诊时就已经“感冒”两个月了，天天吃感冒药，刚开始两三天，一吃药就好点，一停药，就出现鼻塞、鼻涕、打喷嚏、鼻内痒等系列症状，他以为是感冒没有完全好，就接着吃药，两个月来反反复复，病情逐渐加重，鼻子一天到晚流脓鼻涕，晚上鼻塞睡不着，白天堵得头痛，逐步发展到头晕，记忆力也明显下降。



## 反复感冒 导致过敏性鼻炎

河南协和医院客座教授——北京协和医院张宝泉教授介绍说：这是典型的因反复感冒导致的过敏性鼻炎。根据临床发现，反复感冒容易导致过敏性鼻炎，而有些患者本身就是过敏性鼻炎，二者因为在症状上较为相似，常常被患者混为一谈。另外，几乎所有的慢性鼻炎都是由急性鼻炎转化来的，急性鼻炎是鼻腔黏膜的

急性炎症，俗称“感冒”或“伤风”，主要由病毒感染引起，反复发作3个月以上转为慢性鼻炎，症状是鼻塞、流涕、打喷嚏，伴有轻度的发热、乏力、头痛。张教授在此提醒：一旦出现反复感冒的情况，就要提高警惕，及时到医院确诊就医，早发现，早治疗，避免哮喘、支气管炎等并发症的发生。

## 鼻炎病虽小 不治危害大

鼻炎特别是慢性鼻炎、过敏性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉，如果不治疗，危害极大。对小孩来说，鼻炎可直接影响孩子的发育。其症状除了流不完的鼻涕或擤不掉的脓稠鼻涕外，因鼻子不通气引起呼吸不畅，晚上张口呼吸、睡眠深度不够、睡醒后易疲劳等，对儿童的大脑，包括认知能力、记忆力和心理活动都有影响。久而久之，儿童可

能会情绪低落、注意力无法集中、学习成绩下降，还可能患上哮喘和其他呼吸疾病并发症。成年人患上鼻炎除了会经常头痛头晕、影响学习和工作外，严重的还可能导致鼻甲肥大、鼻窦炎、鼻息肉等病症，从而导致睡觉时氧气不足，容易引起脑梗塞、高血压、突发性心脏病等，从而导致夜间猝死。

## 美国低温等离子 轻松解决鼻病变

低温等离子治疗原理是利用低温消融技术，以较低的温度来进行组织的消融，不损伤鼻黏膜组织，与传统的激光微波治疗高达150℃的温度相比，很大程度上减轻组织的损伤和病人的痛苦。另外，该技术还能自动识别病变组织，将手术的副作用降到最低。

组织进行消融，同时在鼻腔内阻断翼管神经和筛前神经，治疗过敏性鼻炎，患者一般在一次治疗后就能达到满意的效果。

该技术将手术的安全性、可控性、疗效与功能提高至一个新的水平，具有治疗时间短、出血少、疼痛轻、组织损伤少、康复快等优点，是治疗过敏性鼻炎及慢性鼻炎的理想选择。

### 温馨提示：

河南协和医院耳鼻喉专家全年无假日门诊，如果你想了解更多信息，敬请拨打电话67363355进行咨询。

## 相关链接

河南协和医院是以耳鼻喉为主的专科医院，耳鼻喉科是医院的重点临床学科，是全国耳鼻喉疾病防治工程定点医院。

河南协和医院采用“走出去、请进来”的专家团队培养制度，长期聘请北京协和医院、北京同仁医院、卫生部中日友好医院、上海市第一人民医院、北京医科大学附属第一医院、沈阳医学院附属医院等国内权威专家进行国际技术交流。同时也已经培养并拥有了由主任医师方义朝、张国威，副主任医师郭晓民、刘萍、杨法功等为主的一流专家团队，他们均有20年以上的诊疗经验，能独立开展耳鼻喉科各种高难手术。强大的专家队伍为耳鼻喉疾病患者的康复提供了强有力的保障。

河南协和医院在引进培养强大的专家技术团队的同时，以高科技内镜微创医疗技术为依托、高质量专业服务为目标，在鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、咽喉炎、扁桃体炎等治疗领域引进了国际先进的设备：三套目前最为先进的美国低温等离子消融技术、六套德国STORZ鼻内窥镜系统以及独家应用的日本奥林巴斯纤维喉镜纤维技术、瑞士电动鼻钻技术、美国筛前神经和翼管神经阻断术等多项国际前沿技术和设备，能独立开展40余项先进的耳鼻喉微创技术，常年为各类耳鼻喉疾病患者提供专业治疗，以高科技为患者创造健康耳鼻喉的幸福生活，在中原地区治疗耳鼻喉疾病领域达到领先水平，成为省内外耳鼻喉疾病患者首选的权威品牌。



## 中年女性应重视调补养生

女人都希望自己青春常驻、美丽动人，但青春总是那么短暂。进入中年，内脏功能逐渐衰退、内分泌功能逐渐减弱、免疫功能下降、代谢失调等致使机体气血不畅、衰老加速，细腻的皮肤慢慢变得粗糙松弛、颜色晦暗、毛孔粗大、容颜憔悴。

现代医学发现，中年女性机体雌二醇(E2)的含量远较年轻女性低，这是女性容颜衰老的根源。20世纪90年代注射补充雌激素风靡美国，但仅仅几年后美国食品药品监督管理局对补充雌激素突然叫停，因为发现很多直接补充雌激素(即外源性激素)的妇女几年后陆续出现乳腺癌和卵巢癌等病症。

女性进入中年，由于机体雌性激素水平严重下降，还会导致更年期综合征，以及体质下降引起的各种虚症，如气虚出现的精神倦怠、易发虚汗、困乏无力；血虚表现的面黄、唇白、头昏心悸、健忘失眠；阴虚导致的潮热盗汗、口燥咽干、眼目干涩；阳虚引发的面色苍白、肢冷畏寒、腰膝酸软、精神不振等。

因此，中年女性调补养生，对增强体质和保持年轻容颜至关重要，中医专家推荐参杞杜仲丸，该药以人参、杜仲、枸杞、地黄等十二味中药组方，经元、明、清沿用至今，具有调补气血，平衡阴阳的功效，适用于女性气血阴阳虚弱、手脚发冷、腰膝酸软、健忘失眠、脱发白发等症状。通过药效学实验表明，该药还可明显提高机体雌二醇(E2)的含量，有效调节女性内分泌，改善血液循环，促进皮肤的新陈代谢，延缓皮肤衰老等。 晚报记者 董亚飞 张玉韩

## 科普知识

### 出现偏头痛 查查你的颈椎

今年40岁出头的付女士，右侧头痛却已15年了，有时还伴有耳鸣、眼部不适、恶心想吐等症状，最近甚至彻夜不眠，严重影响了工作和生活。去了多家医院，做了许多检查，但结果都正常。

前段时间，她来到了郑州市中心医院中医正骨门诊，该科王学昌大夫详细询问病史、认真进行体格检查后考虑是颈椎病引起的颈源性头痛。根据其病情，给予微型针、手法、药物、科学锻炼四联疗法治疗后症状有所缓解。

据了解，颈源性头痛是指由颈椎和颈部软组织病损所致，主要表现为头痛(通常是一侧或(后)枕部)且常伴有耳鸣、眼花、记忆力减退、颈部不适等症的一组综合征。其实质是颈椎病引起的颈部骨性组织及软组织的损伤退变、力学平衡失调所致的局部神经的气质性或功能性改变引起的颈源性头痛。“这与颈源性头晕相同，临床主要分为软组织型、关节紊乱型和混合型。需要指出的是，临床所见偏头痛十之八九为颈源性。”王医生说。 晚报记者 董亚飞

# 秋凉须防“老寒腿”

## 何谓“老寒腿”

一到秋冬季节，王老先生的腿关节就开始疼，如何减轻老寒腿的疼痛成了他最大的心愿。

“老百姓所说的老寒腿，其实相当于现代医学中的风湿性关节炎、类风湿性关节炎、骨性关节炎等骨关节病。”宋主任说，受累的关节以膝关节为主，常反复出现腿部酸麻胀疼或有沉重感，受寒后可使症状加重，出现关节疼痛或伴有肿胀。另外，人的膝关节是个活动范围很大的负重关节，几乎承受着全身的重量。人到老年以后，膝关节由于长年的磨损，是最容易老化的。老化后的膝关节往往容易发生骨性关节炎，造成行动不便。

## 保健是首选

膝关节骨性关节炎的发生，与气候密切相关。因此，秋冬季节应特别注意做好膝关节的保健。宋主任认为，骨关节炎的首选治疗方法

不是药物，而是正确的生活保健方式。患者通过改变自身不良的生活习惯，进行适当的体育锻炼，减轻体重，增强肌肉力量，再配合物理治疗，这些都有助于减轻患者的症状，延缓关节的退变。

“对于老寒腿患者首先要注意膝关节的保暖防寒，其次要进行合理的体育锻炼，活动量以微微出汗为度，锻炼的诀窍是循序渐进，长期坚持。在非急性期，像步行和伸展运动都是值得推荐的，如果关节炎处于急性期或者复发时，则不推荐力量型的运动。”宋主任说，他经常看到有些老年人在锻炼时选择以半蹲姿势，做膝关节前后左右的摇晃动作来进行锻炼，其实这是非常不正确的。因为半蹲时髌面压力最大，摇晃则更会加重磨损，反而会促使关节炎加重。

同时专家提醒，注意饮食调节，戒除烟酒，

可减缓骨质疏松，增强体质，减少骨关节疼痛的发生。

## >>>相关链接

### 日常预防颈腰劳损

慢性颈腰部劳损现已成为办公桌前伏案工作的人群和汽车驾驶员的常见病，且明显有年轻化的趋向，应引起重视。

有关专家建议这些人，要注意预防，消除病因。平时要注意颈腰背部的体位，避免颈腰背部处于高张力状态的前屈位；注意工作时的节奏性，避免长时间重复同一姿势。

对于慢性颈腰部劳损的治疗，可采取颈腰部功能锻炼，增加肌肉力量来代偿劳损肌肉的功能，如颈部的颈椎操、肩部的功能锻炼以及腰背伸的功能锻炼，大多数病患都能获得满意的疗效。

随着秋冬季的来临，记者了解到省会不少按摩治疗中心的生意也火了起来，“天气转凉后，我每天要按摩10多位客人，多是因为颈、腰椎病和腿疼的患者。”在西郊的某按摩中心一位按摩师说。另从多家医院获悉，天气变化，导致许多疾病也随之而来，尤其是许多中老年人的骨关节病，那么，在日常生活中该如何保健，远离疾病呢？郑州市骨科医院关节病治疗中心主任宋树春为大家开出了健康处方。

晚报记者 董亚飞 通讯员 王伟鸣

