

孩子扁桃体总发炎该不该切除？

听听耳鼻喉科专家怎么说

暑假期间也是儿童寻医问诊的高峰期，尤其是耳鼻喉科，时常可见“组团”带着孩子来看扁桃体的家长。许多家长是带着疑问来的：扁桃体肿大就是扁桃体炎吗？孩子扁桃体总发炎，到底要不要切除……本期健康周刊，呼和浩特晚报记者邀请到了内蒙古自治区妇幼保健院耳鼻喉科张盛奇医生为家长们解答这些关心的问题。



张盛奇医生正在给患儿诊治

□文/图 呼和浩特晚报记者 安娜

扁桃体炎常见于学龄儿童

8月13日上午，在内蒙古自治区妇幼保健院耳鼻喉科诊室外，前来就诊的幼儿排成长队，其中王女士和姚女士各自带着自家孩子一起来看病。原来，王女士和姚女士是邻居，两家的孩子年龄相仿，一个5周岁，一个6周岁，还在同一所幼儿园就读。平日里两个孩子经常在一起玩耍，巧合的是，两家孩子不久前都出现了嗓子疼的症状，因为怀疑患上了扁桃体炎，便一起带着孩子前来就诊。姚女士说，女儿在最近一年里已经患过两次扁桃体炎了。“孩子扁桃体炎反反复复，时常是刚好几天，一送去幼儿园就又犯了。吃不下，睡不好，已经严重影响正常生活了。”姚女士无奈地说。经过诊查，王女士和姚女士的孩子都患上了扁桃体炎。

呼和浩特晚报记者了解到，最近前来内蒙古妇幼保健院耳鼻喉科就诊的不少患儿都是因为受扁桃体炎困扰，其中学龄前儿童最多。

那么，幼儿为何易患扁桃体炎呢？张盛奇医生表示，扁桃体是人体重要的免疫器官，1岁以前还未完全发育，所以发炎的机会不多，1岁以后逐渐增大，10岁时到达高峰，青春期以后逐渐退化，因此扁桃体炎常见于学龄儿童。此外，营养不良、

佝偻病、消化不良、平时缺乏锻炼以及过敏体质的幼儿，因身体抵抗能力减弱，容易引发扁桃体炎，特别是有原发性免疫缺陷病或后天获得性免疫功能低下的患儿，抵御病原微生物的能力低下，就更容易患上急性扁桃体炎。

扁桃体肥大不等于扁桃体炎

呼和浩特晚报记者在采访中了解到，除了扁桃体炎之外，还有不少孩子被诊断为扁桃体肥大。看到这样的诊断，许多家长就会认为孩子得了扁桃体炎。那么，扁桃体肥大与扁桃体炎有何区别呢？

“其实不然，扁桃体炎和扁桃体肥大有着本质的区别。”张盛奇医生说，学龄儿童的扁桃体肿大也称之为生理性肥大，如果没有发热和咽痛，检查扁桃体时没有充血，表面也无分泌物附着，这种扁桃体肥大属于正常现象，不必治疗。而扁桃体炎多由于细菌和病毒感染所致，这些细菌、病毒通常隐藏在人的咽喉和扁桃体隐窝里。正常情况下，扁桃体上的腺体不断分泌粘液，把细菌、病毒不断从隐窝里排出，保持一个相对恒定的内环境。当身体劳累、受凉及其他原因导致身体免疫力降低时，粘液腺分泌减少，细菌、病毒趁虚而入，引起扁桃体炎。

“孩子患上扁桃体炎后应该充分休息，清淡饮

食，多饮水，疏通大便，禁食辛辣刺激、油腻食物。”张盛奇医生说，如果孩子有发热及吞咽障碍时，需要及时到正规医院就诊。最主要的治疗就是抗生素治疗，根据患儿病症的轻重程度选择口服或者静脉给药。需要注意的是，因该病有一定传染性，所以最好跟孩子分餐，平时出门戴好口罩。

出现这几种情况就要考虑手术

对于像姚女士的女儿一样反复发作扁桃体炎的情况，能否考虑手术切除扁桃体呢？“首先，别轻易切除扁桃体，扁桃体是人身体上重要的免疫器官，它的免疫作用在小儿期（3至5岁）最为活跃，如果切除了扁桃体将降低上呼吸道的局部免疫力。”张盛奇医生说。

对于什么情况下需要手术切除扁桃体？张盛奇医生表示，出现以下几种情况就需要果断手术了：化脓性扁桃体炎反复发作，或者炎症波及邻近器官，如经常发生中耳炎及淋巴结肿大，扁桃体上常见干酪样分泌物、患儿口臭等；扁桃体严重肥大，妨碍呼吸、吞咽和发音，睡眠时打鼾等；慢性扁桃体炎引起免疫性疾病，如风湿热、肾炎等；慢性扁桃体炎引起长期低热、食欲减退、生长发育缓慢。简言之，只有扁桃体发炎非常严重且伴随着发炎次数较多，影响了孩子身心健康的情况下，才会建议切除扁桃体。

此外，为预防扁桃体炎的发生，张盛奇医生建议：孩子的营养摄入要全面，不能太挑食，这样体内才会呈现一种动态平衡的健康状态。注意口腔卫生，每天早晚刷牙、饭后清水漱口、避免食物残渣留存在口腔中。在呼吸道感染病高发的季节，空调房与室外温差不可太大，居室要保持空气新鲜流通，相对湿度可在45%至55%间。此外，体弱的孩子也可采取预防接种，通过预防呼吸道感染来预防扁桃体炎。



医生简介：

张盛奇，内蒙古自治区妇幼保健院耳鼻喉科主治医师，医学学士。有多年临床经验，擅长诊治耳鼻喉科常见病、多发病，对于儿童耳鼻喉疾病的诊治有独到见解。

医生提醒：高温天过度运动可能引发横纹肌溶解症

在高温天气过度运动、不科学运动，一些人患上了横纹肌溶解症。记者从湖南一些医疗机构获悉，近期，医院接诊了多例因为运动不当而患上横纹肌溶解症的患者。医生提醒，高温天运动健身要循序渐进，避免进行过度剧烈运动引发意外伤害。

长沙市中心医院肾病科副主任医师邓洪介绍，横纹肌溶解症是指一系列影响横纹肌细胞膜、膜通道以及能量供应的获得性疾病。一些人长期

不运动，如果突然进行剧烈运动，容易导致肌肉细胞坏死、细胞膜破裂，释放出大量钾离子和肌红蛋白进入血液，造成心律不齐。

邓洪提醒，值得注意的是，医院接诊的患上横纹肌溶解症的年轻人增多。患上横纹肌溶解症的患者会出现肌肉疼痛、乏力、肿胀、发热、少尿等症状，严重者还会出现急性肾衰竭、高钾血症、多脏器功能障碍等严重并发症。

湖南航天医院肾内科医生李慧晶提醒，体育

爱好者在高温天气进行体育锻炼要注意循序渐进，要及时补充水、无机盐等。体育爱好者在活动前应调整好身体状态，进行适应性训练和热身运动。中老年人和心血管病患者应避免在高温、潮湿的环境下进行长时间、大强度运动。一旦运动后出现肌肉酸痛、乏力、尿液颜色变深、头痛、恶心、呕吐、发热等症状，应警惕患上横纹肌溶解症，及时就医，以免耽误治疗。

（据新华社 帅才）