



夏季高发耳鼻喉疾病



复旦大学附属徐汇实验学校 2023/6/27



一、过敏性鼻炎

过敏性鼻炎天气逐渐炎热，不少人选择开空调解暑。殊不知，长期未开空调，空调中藏着灰尘、螨虫等过敏原，加上春夏时花粉含量较高，极易诱发过敏性鼻炎。

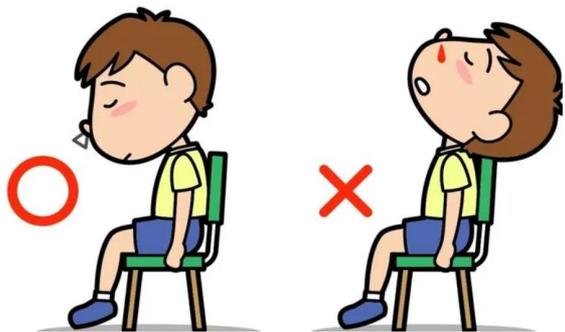
过敏性鼻炎小Tips

要问降温防暑第一法宝，那就非空调莫属。然而当我们享受空调带来的舒适体验时，气温的冷热交替刺激鼻黏膜，也让夏季成为了过敏性鼻炎的高发季。每当夏季来临，鼻痒、鼻塞、流鼻涕、打喷嚏又成为了鼻炎患者的每日必修课题。



二、鼻出血

夏季是鼻出血的多发季节，因为高温干燥，空气的温度增加而湿度降低，人的鼻腔血管极其丰富，浅表易破，且收缩的鼻腔血管扩张，鼻腔内产生干燥、发痒等不适感，稍微一抠，咳嗽或打喷嚏，即会出血，再加上剧烈的室外活动，更易引起鼻出血。



夏天流鼻血是比较常见的现象，尤其是小朋友，鼻黏膜血管充盈，浅表易破，但夏日气温高，鼻腔易干燥，而小朋友可能会因为鼻痒而揉搓鼻子，或是同时还存在过敏性鼻炎的问题，都在一定程度上增加了鼻出血的概率。

鼻出血小Tips

夏天流汗多，应多喝水，及时补充身体水分，并科学健康饮食，补充维生素；切勿用手使劲揉搓鼻子或扣挖鼻腔，擤鼻涕不要同时捏住双侧鼻孔并用力；对于有鼻出血史的患者，可用金霉素眼药膏少量涂抹于鼻腔内，以滋润鼻黏膜。



三、鼻窦炎



儿童鼻窦炎多由致病菌入侵鼻窦后出现鼻腔黏液分泌增多以及潴留，继而发生感染；也可由自身免疫疾病或鼻部外伤所致发病，其特征性症状有鼻塞、流涕、头痛并伴有发热、精神不振等，可与鼻炎同时存在。

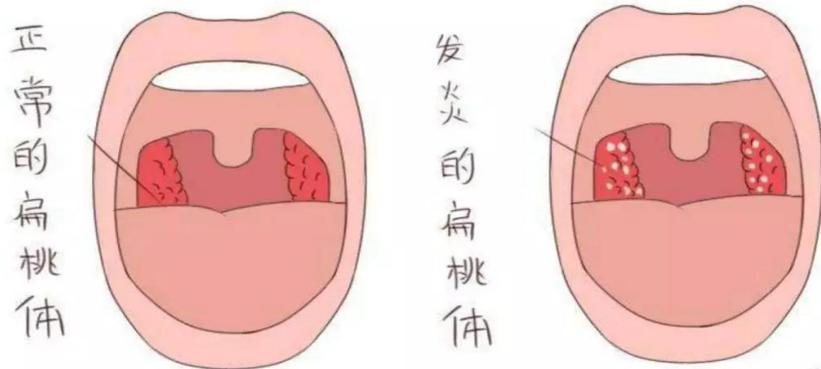
鼻窦炎小Tips

1	控制室内温度，室内温度别太低，保持室内通风。
2	不挑食，多吃蔬菜水果，注意卫生，不抠鼻子。
3	注意饮食习惯，尽量使用清淡的食物，少食辛辣刺激的东西。
4	应做到勤洗手，保持双手清洁。不与上呼吸道感染患者接触。
5	疫苗预防。



四、扁桃体发炎

扁桃体是每个人自出生之日起就存在于咽部的一对形似扁桃样的淋巴组织。儿童由于免疫力较差，所以扁桃体经常发炎，形成扁桃体肥大。主要症状为咽异物感，咽干，咽痛，发音改变，打鼾，吞咽不畅等。



扁桃体发炎的预防

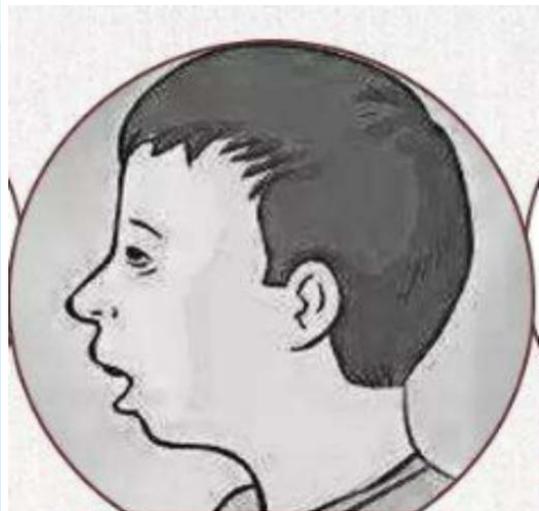
日常生活中，应该注重提高我们的免疫能力。

五、腺样体肥大

腺样体肥大是儿童的常见病与多发病，系腺样体因炎症的反复刺激而发生病理性增生。如果有上述症状，我们可得注意了，这可能是腺样体肥大的信号。腺样体肥大，对儿童生长发育造成的后果很严重！



五、腺样体肥大



腺样体肥大局部症状:

儿童鼻咽腔狭小，如腺样体肥大堵塞后鼻孔及咽鼓管咽口，可引起耳、鼻、咽、喉等处症状。

耳部症状

肥大的腺样体可作为致病微生物的“潜藏室”，病原微生物容易逆行至中耳，引起化脓性中耳炎，出现耳痛、耳闷胀和听力下降等症状。

鼻部症状

常并发鼻炎、鼻窦炎，有鼻塞及流鼻涕等症状。说话时带闭塞性鼻音，睡时发出鼾声，严重者出现睡眠呼吸暂停。

咽、喉和下呼吸道症状

因分泌物向下流并刺激呼吸道粘膜，常引起夜间阵咳，易并发气管炎。

腺样体面容

由于长期张口呼吸，致使面骨发育发生障碍，颌骨变长，腭骨高拱，牙列不齐，上切牙突出，唇厚，缺乏表情，出现所谓“腺样体面容”

五、腺样体肥大

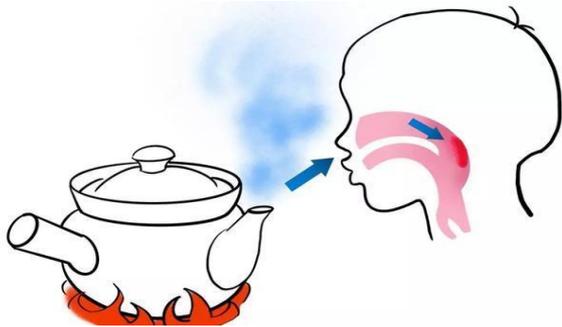
腺样体肥大**全身症状**：

腺样体肥大的患儿常伴有厌食、呕吐、消化不良等现象，继而引发营养不良；长期夜间打鼾憋气会使患儿处于缺氧状态，全身器官功能紊乱，引起生长发育障碍。同时也会出现注意力不集中，情绪多变、夜惊、磨牙、盗汗、尿床等症状；甚至出现晨起头痛、白天嗜睡、学习困难等表现。

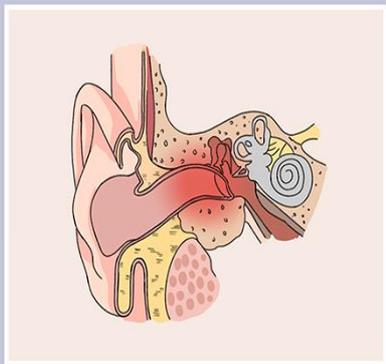


腺样体肥大的预防

要学会为擤鼻涕的正确方法。正确的方法是：分别堵住一侧鼻孔，一个一个的把鼻涕擤干净。多饮白开水和果汁，使鼻分泌物软化，减少呼吸道分泌物的堵塞，若分泌量过多，可以用热水、蒸汽物化薰鼻。总而言之，改善和控制环境因素，做好预防工作是首选。



五、分泌性中耳炎



分泌性中耳炎是由于咽鼓管（连通鼻咽腔与中耳腔，起调节中耳气压作用）不通畅或阻塞后引起的中耳非化脓性炎性疾病。

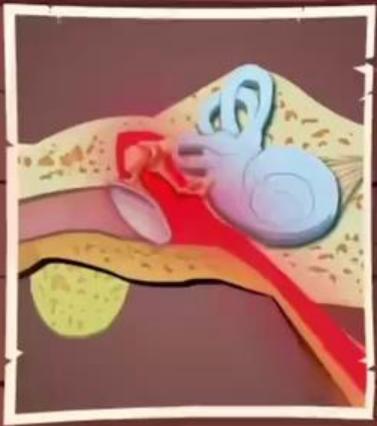
与成人咽鼓管比起来，儿童的咽鼓管更平（接近水平位），管腔更短，内径更宽，所以炎症更易进入中耳，引起分泌性中耳炎。

分泌性中耳炎的预防

远离噪声环境、避免耳朵进水感染发炎、如有耳鼻喉其他疾病，积极配合治疗。



细菌



中耳炎



疾病科普动画
深读视频

中耳发的炎，都是细菌惹的祸！



同学们再见~



复旦大学附属徐汇实验学校 2023/6/27

