

慢性鼻炎是否手术要谨慎

防过度治疗,有时“多看病、少治病”很必要

小小的鼻子到底能给人带来多大的痛苦,不经历的人或许很难知晓空鼻症患者的感受。“空鼻症以往的确很少为大家所关注,甚至业内一些专业医生,也不熟悉这种病症。”济南市第四人民医院耳鼻喉科主任医师王永财向我们佐证了这位男青年的自述,他说:“患者一般是之前患有慢性鼻炎、鼻息肉、鼻窦炎等鼻部病症,想通过手术通畅鼻腔,但是手术过后鼻腔还是感觉不够通畅或者过度通畅,相当一部分就形成了空鼻症。”

记者 陈晓丽



1 “过度”治疗之祸

山东省千佛山医院耳鼻喉科主任医师王启荣介绍,空鼻症实际可分为两种,一种是萎缩性鼻炎,属于原发性,主要表现为鼻腔黏膜萎缩,失去了原有的作用,发病原因目前尚不明确,可能包括营养不良、细菌感染等;另一种是鼻甲切除过度,属于医源性损伤,原因包括创伤、手术等。二者相较,后者更为多见。

根据专家的介绍,我们的鼻腔有三大功能,即对吸入的空气进行加湿、加温和过滤。从结构上讲,鼻腔内有三层鼻甲,分为上鼻甲、中鼻甲和下鼻甲,主要是对呼吸时鼻腔内的气流进行分流引导。“通畅鼻腔的手术一般切除的是下鼻甲。”济南市中心医院耳鼻喉科副主任医师李峰说。

“如果切除过度,会对鼻腔的加湿、加温、过滤和分流空气的功能产生一定的影响,患者可能感觉鼻腔过度通畅,产生空鼻症。”综合专家的阐述,空鼻症的临床症状主要表现为四个方面:过度通气,鼻腔有干燥感,不时流血;头痛,原因在于鼻甲不能有效分流空气,呼吸时空气直接刺激颅底,产生头痛的症状;鼻塞,因为鼻腔内可能会结痂;嗅觉减退。

那么,鼻甲为何会被切割过度造成空鼻症呢?对此,李峰解释道:“很多人鼻息肉特别严重,不得不进行手术来切除息肉,由于息肉长在鼻甲上,这时为了防止息肉不断复发,就要切除一部分鼻甲,但是具体需要切除多少鼻甲,切

除哪一部分,没有现成的标准,需要根据医生自身的经验来判断。”显然,问题的核心症结,就在于“医生自我判断的准确与否”。

医学上讲,医疗效果的成功与否,75%在于医疗决策,25%在于治疗过程。换言之,准确的治疗方式选择,是决定疗效的最大因素。近些年来,各类医疗机构层出不穷,尤其是各类专科医院“利益至上”的经营原则,只要病人来了就动员病人接受手术,以期收费最大化。王永财直言,很大程度上,正是这种“过度治疗”的行为,让原本一些可以保守治疗的慢性鼻炎等患者,成为手术的受害者——空鼻症一族。

2 难以修复的伤害

在空鼻症发生之后,目前在临床上有什么补救措施呢作为省内知名耳鼻喉专家,王启荣介绍,对空鼻症的手术治疗一般分为两种前鼻孔缩窄术和下鼻甲黏膜下填充术,但他坦言,“对空鼻症进行手术治疗的话,效果并不理想。”

李峰也说道“比如做前鼻孔缩窄,主要是缩窄鼻孔,来减轻呼吸时气流的

强度,从而减轻对鼻腔的刺激。这就跟当时切除鼻甲一个道理,还是需要医生自己把握缩窄的程度,缩窄过度导致呼吸不通畅,缩窄不到位又没有效果,很难控制。”

对于下鼻甲黏膜下填充术,是指用自身软骨或者筋膜进行填充,一方面对于身体其他部位有一定的伤害,同时也

很难保证填充组织的存活,“作用如何仍要打很大的问号”。

“最重要的是定期对鼻腔用淡盐水进行冲洗,不仅可以保持鼻腔的卫生,还可以刺激鼻腔黏膜逐渐恢复功能。”王启荣表示,只要患者的鼻甲没有完全切除,且患者自身健康状况很好的话,空鼻症是可以逐渐恢复的。

3 不容漠视的心理之变

“因为鼻子问题,我常常感到头昏、思维不清晰,晚上也常常睡不好觉。”前文提到的安徽的小王告诉记者,受此困扰,原本在通讯公司上班的自己,不得不辞掉了这份不错的工作。因为,这种高科技的工作需要更多的脑力付出,而他根本不能保持全神贯注。尽管之后的每次CT检查都显示其鼻腔健康状况毫无异常,但他的痛苦始终存在。

其实,像王先生这样的空鼻症患者远非少数,他们更多地活跃在网络论坛、贴吧、QQ群等网络空间里,彼此诉说着各自的痛苦和治疗经历,分享彼此

的心路历程。

记者在QQ群中观察他们聊天时就注意到,他们中的一些人选择积极面对病变,希望能够通过日常锻炼和良好的生活习惯改善症状。但更多的人认为自己是“临床治疗的试验品和牺牲品”,乃至是“被现代医疗界遗忘的角落”。部分习惯用“生不如死”来形容现有生活的一部分患者,甚至不讳言曾经多次产生报复医生的心理,而这样做的理由,只是希望以此换取关注。

接受本报记者采访的专家也承认,对于空鼻症患者,不应该单纯地告诉他们鼻子没病,而应正视空鼻症的

存在,并对患者加强心理疏导,逐渐减轻或消除患者的心理压力。因为,在目前已有的部分案例分析中,有一点已经被证实,那就是相当一部分空鼻症患者都会油然而生一种强烈的不适感,时日稍长,这种不适感便演化为一种负面情绪。

更重要的则是要尽可能避免空鼻症情况的发生。前述专家说,比如鼻炎等慢性病症,哪些需要手术、哪些不需要手术,一定要到正规医院咨询专业医生,慎选进行医疗决策,以免不必要的伤害闯入现实。很多时候,“多看病、少治病”或有必要。



养生堂 堂主:周霞

周霞,医学博士,山东中医药大学第二附属医院副主任医师,副教授,国家二级心理咨询师。周霞毕业于上海中医药大学,得国医大师颜德馨教授私授,为“海派膏方”传承人。主攻中风、眩晕、头痛等疑难杂病的中西医结合诊疗及康复。主持国家级科研项目5项,省级以上科研项目多项,出版专著5部,发表论文30余篇,获国家发明专利2项。

正本清源话“眩晕”之三 慢性主观性头晕系列 静听心音

前面讲的白领、中年多头晕。职场人总说自己忙碌辛苦,压力山大。我们自主或不自主地贴上了各种“奴”的标签,比如“卡奴”、“孩奴”、“房奴”……却不知道,追求各种“拥有”,正印证了我们内心的“空虚”。一位学者说过:现在的人,大多已成为“无心”的人了。因为追求的都是外在的东西,比如“高富帅”、“白富美”,不再反观一下自己的内心需求,问问自己从哪里来,到哪里去,甚至丧失了感受幸福的心灵触觉。那么多的明星,人前风光,谁知道他们正饱受头痛头晕、失眠焦虑,甚至抑郁的折磨呢?

种种压力,貌似来自外在,殊不知都是我们那颗“贪得”的心在作祟!其实,工作只是生活的一部分,工作本身只是一个狩猎的过程,你还得学会享受你的猎物。倾听自己身体的声音,正如《道德经》里面讲的“静听心音”。我们的心(思想意识)掌握全身所有脏器的节奏,故《黄帝内经》说“心主神明”。内观自己,听到心音也就知道自己身体的节奏感,无须给自己太多戒律。正如当下流行的一种生活态度,叫“极简主义”,提倡做到“断、舍、离”。去除过多的浮华追求,要按自己的节奏去规律作息,这样能形成自己的生物钟,拥有符合你自己的昼夜节律。当眠则眠,当兴则兴,这样还会失眠吗?凡选择必听从自己内心的声音,这样还会扭曲自己吗?当你不扭曲自己的心性,有着自己的生物节律,内外协调,与环境和谐相处,就达到了真正的健康。这里的健康,不仅仅指的身体健康,也包括心理健康,良好的人际关系、与周围环境和谐相处。良好的精神状态自然会使得你才思敏捷,自然也不会头昏晕如浆糊了。

且不要以“忙”来为自己的不规律作息找借口,那甚至连自己也骗不过。习大大够忙吧?可他透露,每一到两天就要给彭麻麻打电话问候!如果一个声称“深爱”你的男人,老是大忙,没空给你打电话,只能说明一个问题,他并不爱你。他真要爱你,跟总统见面也会发一个短信过来。所以,“不能规律作息”也只能说明:不懂、不珍爱自己。再忙也可以在晚上加班到12点之前上床休息,起床之后好好给自己准备一份可口的早餐……当身体足够好时,它会有自己休息与劳作的节奏。困了就别扛着,醒了就别赖床,渐渐找到自己的规律。养生如此,人生亦应如此。