



扁桃体反复发炎怎么办?

孩子每次感冒发烧,扁桃体都会发炎该怎么办?反复发炎的扁桃体要不要切除?扁桃体切除后会影响到孩子免疫力吗?中医有什么办法可以防治扁桃体发炎呢?

扁桃体又称为“腭扁桃体”,位于消化道和呼吸道交会处,同时,扁桃体也是一个免疫器官,用来识别和处理入侵呼吸道的病菌。1岁以下婴儿的扁桃体基本没有发育,也看不到,1岁以后,扁桃体开始逐渐发育增大,4~10岁是发育高峰期,但也是感染的高发年龄段,到了14~15岁时,扁桃体又开始逐渐缩小、退化。扁桃体肥大不一定是扁桃体发炎,还要观察腺窝大小及分泌物情况,以及舌腭弓是否充血,颈部、颌下淋巴结是否肿大或有压痛。

扁桃体发炎一定要用抗菌药物吗?

“扁桃体发炎”可能是病毒感染,也可能是细菌感染。病毒感染时,扁桃体上一般没有脓点,仅表现为充血肿大,可伴有发热、咽痛、粘膜疱疹、溃疡等,多见于3岁以下儿童,治疗一般不需要用抗菌药物。如果是细菌感染,扁桃体上一般可见脓点,且伴有发热、咽



痛等症状,此时则要积极使用抗菌药物。

扁桃体反复发炎有什么危害?

慢性扁桃体炎不但可引起邻近器官的感染,导致中耳炎、鼻窦炎、气管炎等,而且,扁桃体窝容易储存细菌及分泌物,细菌毒素经腺窝周围的血管网传播到全身,产生抗原抗体复合物,可随血液传播到扁桃体以外的其它器官,如心脏、肾脏、关节等,引起全身性疾病,如风湿热、心肌炎、肾炎等。

切掉扁桃体会影响孩子的免疫力吗?

很多人都会担心切除扁桃体后,孩子的免疫力会下降,但目前尚无足够证据表明,切除扁桃体会削弱孩子的免疫功能。

扁桃体是一个免疫器官,对呼吸道疾病具有一定防御作用,但在5~6岁以后,扁桃体

的免疫功能会逐渐被其它器官所取代。如果扁桃体反复发炎,致使扁桃体纤维化,其实这样的扁桃体已无太大的免疫功能,可以考虑切除。

有什么办法可以预防扁桃体发炎?

中医认为,扁桃体发炎主要由肺热和阴虚所致,治疗主要采用清热利咽、养阴散结的方法。而局部治疗是中医的一大优势:急性感染时,可以用冰硼散、西瓜霜或双料喉风散吹喉,效果甚佳,平时可以用山豆根5~10克,煎水含漱。

要减少扁桃体发炎,平时要调理体质,增强免疫力。从中医的角度看,反复扁桃体炎的孩子一般体质偏热,平时饮食要少吃辛辣、油炸、膨化、高糖食物,以及牛羊肉等发物,同时,要保证充分休息和睡眠,少去人员密集场所,勤洗手、戴口罩都是有效的预防措施。

儿科副主任医师 谢静

耳鸣耳聋 试试药膳

目前,耳科常见的高发疾病主要有三种:一是真菌性外耳道炎,平时喜欢去休闲场所洗耳、采耳,或患有一些全身性慢性疾病,或抵抗力下降等,均容易染上真菌性外耳道炎。二是耳鸣,主要是由于内耳微小的毛细胞受损所引起。三是突发性耳聋,精神压力大、生活不规律等都可引起。出现耳疾都要尽早就医,尽早治疗。

【药膳】

1. 枸杞子粥 枸杞子10克,粳米100克,加水同煮成粥,有补益肝肾、聪耳明目的作用,适用于肝肾亏虚所致的耳鸣耳聋。

2. 山药粥 山药20克,粳米100克,加水同煮成粥,有健脾补肾的作用,适用于脾肾不足所致的耳鸣耳聋、神疲乏力、大便溏泄等。

3. 荷叶粥 荷叶10克(鲜品加倍,效果更佳),粳米100克,先将大米加水煮粥,粥将熟时放入荷叶,略煮即可,该方有清热泻火的作用,适用于风热上扰清窍所致的头晕耳鸣。

【按摩】

1. 按摩耳廓 双手握空拳,用拇指和食指沿耳廓上下来回按摩,直至耳廓充血发热。

2. 下拉耳垂 用双手拇指和食指捏住耳垂向下拉,由轻到重,每次15~20下。

3. 推摩耳根 食指放在耳前,拇指放在耳后沿耳根由下向上推摩,每次40~50下,以推后感觉耳部、面部、头部发热为宜。

4. 上拉耳廓 用右手绕过头部拉住左耳廓上缘向上拉20次,再以同样的方法用左手拉右耳廓20次。

耳鼻喉科主任医师 朱镇华

爱出汗可能是身体出了问题

夏日气温高,人体出汗多是因为机体调节体温所必需的,它有利于维持人体的温度,称之为生理性多汗。但是,如果天气转凉后仍然容易汗流浹背,就要怀疑是否是身体出现了问题,生活中哪些异常出汗需引起我们的重视呢?

自汗 自汗主要是由于气虚或阳虚,体内津液不固而发生,主要表现为醒时出汗,动则尤甚,天气转凉亦不减轻,常伴有气短懒言、乏力、易疲劳、怕冷、容易感冒等表现。

盗汗 盗汗是指睡着时出汗,湿透衣被,醒来汗止。中医认为,盗汗主要是由于阴虚内热引起,或喜食辛辣,或经常熬夜,或房劳过度,以致体内阴津内伤,虚火内生,蒸迫汗液而出,常伴有口渴咽干、心烦失眠、手脚心热、大便秘结等表现。

冷汗 是指所出之汗有冷感,患者常伴有精神不振、面色苍白、大便稀溏等表现,多因平素阳虚、卫气不足所致,也可因受惊吓引起。

黄汗 有一些人出汗后,衣服上会留下黄色的印记,称之为“黄汗”。流黄汗的人多属湿热体质,汗出常有热感,出汗部位以头部、心胸部多见,也可见于手足心或外阴部,患者常伴口干、口苦或口臭,小便黄浊,大便粘腻或便秘等表现。

战汗 是指先恶寒战栗而后汗出的症状,常伴有发热。中医认为,战汗出而热退是病情好转的表现,战汗出而热不退为病情恶化的表现。

心血管病科主任医师 刘建和

药食同源话白果

白果亦名银杏、佛指甲、佛指柑,为植物银杏的干燥成熟种子,主产于河南、山东、四川、广西等地,以身干、粒大、色白、肥壮,内仁充实者为优。

【一般性状】

本品略呈椭圆形,一端稍尖,另端钝,长1.5~2.5厘米,宽1~2厘米,厚约1厘米。表面黄白色或淡棕黄色,平滑,具2~3条棱线;中种皮(壳)骨质,坚硬;内种皮膜质,种仁宽卵球形或椭圆形,一端淡棕色,另一端金黄色,横断面外层黄色,胶质样,内层淡黄色或淡绿色,粉性,中间有空隙。气微,味甘、微苦。

【主要功效】

本品性味甘苦涩平,有小毒,有敛肺定喘、止带浊、缩小便的功效,可用于痰多喘咳、带下白浊、遗尿、尿频等症的治疗。现代研究证实,本

品含有蛋白质、脂肪、碳水化合物、钙、磷、铁、多种维生素、多种氨基酸,还含银杏酸、氢化白果酸。白果酸能抑制结核杆菌和皮肤真菌,并对葡萄球菌、链球菌、白喉杆菌等有不同程度的抑制作用。

【常用药膳】

白果莲肉粥 白果6克,莲子15克,江米50克,乌骨鸡1只。将乌骨鸡宰杀后去毛及内脏,洗净,白果、莲子研末,纳入鸡腹内,再入江米、水,慢火煮熟即可,食肉饮粥。该方见于《宫廷颐养与食疗粥谱》,有补肝肾、止带浊的功效,可用于下元虚惫,赤白带下等症。

四仁鸡子羹 白果仁、甜

杏仁、核桃仁、花生仁各50克,鸡蛋2个,白糖适量。将四种果仁洗净放入铝锅内,加水适量煮沸,将熟时打入鸡蛋2个,搅匀,再加入适量冰糖,煮沸即成。该方出自《中国保健中药》,有滋补益气、润肺平喘的功效,可用于体虚、慢性气管炎、肺气肿、咳嗽、哮喘等症。

糖溜白果 水发白果150克,白糖100克,碱适量。在锅内加清水,放入白果、白糖,置火上煮沸,撇去浮沫,倒入盘内即成。该方出自《中华古今食疗荟萃》,有止咳平喘之功效,可用于治疗慢性支气管炎。

药剂科主任药师 刘绍贵