

# 市妇儿医院小儿腺样体摘除术天天排满

## 专家：有这四种情况应尽快手术

□记者 岑瑜 通讯员 洪子媛

### 腺样体面容特征

目光发呆  
鼻子变扁  
颌骨变长，腭骨高拱  
嘴唇变厚



暑假是市妇儿医院耳鼻喉科主任医生苏亮最忙的时候，他的门诊每天都有几十个患儿预约就诊。他们中，腺样体肥大的占了很大一部分，医院的小儿腺样体摘除术天天排满。

腺样体也称咽扁桃体，属于淋巴组织，是咽部淋巴环内环的组成部分。腺样体和扁桃体一样出生后就存在，随着年龄的增长而逐渐长大。正常生理情况下，2~6岁是增殖旺盛时期，7~8岁体积发育至最大，10岁以后逐渐萎缩，成人则基本消失。因此，对于症状较轻、病史较短的患儿，可以首先考虑保守治疗，等待腺样体自然萎缩。苏亮表示：“若保守治疗无效，或者保守治疗后症状仍反复发作，伴有分泌性中耳炎、鼻炎鼻窦炎反复复发，甚至出现腺样体面容，此时应尽早手术切除腺样体。”

7月25日，苏亮先后给3个孩子进行了腺样体摘除术。这3个患儿，年龄最大的12岁，另外两个都是7岁。“来做这类手术的孩子一般3~10岁，这个12岁算是大孩子了。”苏亮介绍，“他们因睡觉打鼾，加上张嘴呼吸，都已出现了腺样体面容。其中不少患儿是做牙齿矫正时，牙科医生提醒家长孩子有腺样体肥大的问题，家长才带着孩子来我的门诊就诊，比如这个12岁的孩子。”

苏亮称，近几年，门诊中因鼻塞、睡觉打鼾和张口呼吸来就诊的患儿逐年增多。“这背后很可能是肥大的腺样体在作祟，它不仅拖累孩子的颜值，导致腺样体面容，还会影响生长发育、智力发育。”

腺样体肥大不仅会引起腺样体面容，腺样体堵塞鼻腔后端时，孩子就无法通过鼻腔进行正常呼吸，这时会张开嘴巴借助嘴巴进行呼吸。而长期张嘴呼吸会慢慢影响颌面骨发育，导致典型的门牙外凸、牙裂不齐、上下唇肥厚、上唇上翘、面部表情呆滞的“腺样体面容”，很大程度上拉低了孩子们的颜值。同时，腺样体肥大可能会引起慢

性鼻炎、鼻窦炎，还有可能会引起分泌性中耳炎，导致孩子出现耳闷、听力下降等不适症状。

苏亮介绍，腺样体和扁桃体都是儿童呼吸道的第一道防线。因此3岁以下的孩子，一般不会轻易考虑手术治疗，以药物和观察保守治疗为主。随着年龄增长，身体免疫系统逐渐完善，腺样体的作用慢慢弱化，并且病理性肥大的腺样体本身的免疫作用已经减弱，另外，切除腺样体后，周围的淋巴组织会代偿性增生，自动承担腺样体的免疫功能，因此手术切除腺样体不会降低孩子的免疫力。

那么，什么情况下需要进行手术干预？

“不是所有腺样体肥大都需要手术，需要专业医生进行评估。”苏亮表示，轻度腺样体肥大，包括生理性的腺样体肥大，患儿没有明显症状时，一般不需要特殊治疗，也不需要做手术，但出现了这四种情况，建议立即进行手术：引起睡眠呼吸暂停，导致中重度阻塞性睡眠呼吸暂停；引起慢性鼻塞、习惯性口呼吸；导致鼻窦炎，分泌性中耳炎等疾病反复复发；排除其他原因引起的生长发育不良或颌面部发育异常。

记者在采访中了解到，腺样体摘除术属于日间手术，一般术后一小时不可出手术室，6小时评估安全就可以回家休养了。

苏亮提醒家长，无论选择哪种治疗方式，腺样体肥大都应被重视，但家长不要自己盲目判断病情轻重，若有相关症状应及时就医，避免错过治疗的最佳阶段。此外，对于已做完腺样体摘除的孩子，建议家长在平时护理时，需注意术后一周内吃温凉的汤汁，术后第二周则是半流质食物，如汤面汤饭等。“这个术后比较痛，可以给孩子备一些消炎消肿的止痛药，还可以吃冰淇淋和棒冰镇痛，同时做好口腔清洁，一般一个月后可以恢复正常饮食。”

## 舟山医院 穴位埋线门诊开诊

□通讯员 陈文薇  
记者 岑瑜

记者从舟山医院获悉，从7月24日起，该院康复医学科穴位埋线门诊正式开诊。

定海的余女士(化名)工作忙碌，导致作息不规律，三餐不定时，身高165厘米的她体重有60多公斤。“想运动没时间，节食又太难。”说起体重管理，余女士一脸无奈。得知舟山医院康复医学科开展穴位埋线疗法助力健康减重，她就想试一试。

舟山医院主治中医师王周红为余女士制定了减肥方案，通过中医辨证，选取相应的腧穴进行埋线治疗，大大增强了她减肥的信心。

何为穴位埋线？穴位埋线是将可吸收性缝线埋入特定的穴位，通过持续性刺激穴位达到抑制食欲、消脂减肥的作用。

“穴位埋线相对于针灸治疗时间更长，可在体内保留10~15天，起到刺激穴位的作用。与节食、运动等减肥方法相比，穴位埋线更容易坚持，效果不易反弹。免除了每天针刺带来的不便，非常符合如今快节奏的生活。”王周红介绍，而在选取穴位时，多选取调理脾胃功能的穴位。根据个体差异来辨证取穴，通常以胃

经、大肠经等经脉为主，再因症加减。

王周红表示，穴位埋线能调理体质，同时使脾胃功能得到改善，循序渐进达到消脂减肥的作用。

王周红介绍，一般40分钟左右就完成埋线治疗，10~15天埋线一次，4次为一疗程。由于个体差异，其效果也不同，通常1个疗程就能看到效果。“我们提倡循序渐进式减肥，女性一个月瘦1.5~2公斤较为适宜。穴位埋线还能保证减肥过程中人体健康和精力旺盛，且效果理想。”

据悉，穴位埋线一般适合单纯性肥胖、湿气重、气虚体胖、慢性胃肠疾病、月经不调、痛经等人群。糖尿病、血友病、心脏疾病、血小板减少或其他凝血机制障碍者、孕妇、皮肤病、15周岁以下人群慎用穴位埋线，女性患者避开月经期。

据了解，舟山医院穴位埋线门诊设在每周三下午，有需要的市民可前去咨询。

### 埋线注意事项

选择穴位埋线减肥，一定要到正规医疗专业机构；埋线后24小时内禁止洗澡；埋线后局部出现酸、麻、胀、痛的感觉是正常的，一般持续时间为2~7天；埋线减肥疗程中，饮食清淡，少油、少盐、少糖。

## 舟山医院 暑期爱心托管班又开班了

□通讯员 陈文薇  
记者 岑瑜

7月22日，舟山医院一楼阶梯教室洋溢着孩子们的笑声。浙江省劳动模范、舟山医院ICU主任医师邓杰在“劳模工匠第一课”上，以讲故事的形式和孩子们分享个人先进事迹和日常医疗工作，并寄语孩子们快乐暑期生活。这是舟山医院开启的第二期暑期爱心托管班里的一幕。

为切实解决医院职工子女暑期看护难的问题，舟山医院从2023年开始设立暑期爱心托管班。“上班带娃一起来医院，下班再一起回

家。”爱心托管班主要针对小学1至6年级孩子的身心发展规律，结合兴趣爱好，开设了爱国主义思想品德教育、文化体育、作业辅导等课程。同时，爱心托管班开设了安全防护课程，增强孩子们的安全意识和自我保护能力。

此外，爱心托管班还开设了卫生健康特色课程，邀请儿科、急诊科、院感处等舟山医院临床科室和职能科室负责人分享青少年医疗健康保健知识，让孩子们学到健康知识的同时，进一步了解并理解父母的工作。

据了解，今年暑期爱心托管班为期六周，参加的孩子有50余个，是去年的2倍。

## 好好清洁牙齿，应对牙龈出血

刷牙或啃苹果时发现牙龈出血，不必恐慌。对于大部分身体健康的人来说，牙龈出血很可能是牙龈炎的症状。这是一种非常常见的口腔疾病，大部分人都有过。

牙龈出血主要原因是口腔清洁不到位，牙齿上的牙菌斑和牙石没有清洗干净，就会堆在牙齿上，刺激牙龈引起发炎，就像垃圾堆不清理会引起环境变坏一样，堆在牙齿上的“垃圾”会引起牙龈发炎，导致牙龈变得松软、红肿，容易出血。

不能因为害怕牙齿出血就不作清理，那只会使情况更严重。最主要的解

决办法是好好清洁牙齿，有出血症状更要好好刷牙，配合使用牙线、牙间隙刷等工具。时刻注意口腔卫生，牙齿上硬的结石称为牙石，牙石不能通过刷牙刷掉，还需要去医院洁牙(俗称“洗牙”)去除牙石，通常推荐6个月左右去医院洗一次牙。

如果牙龈炎没有及时治疗，下一步还可能会发展为牙周炎，不仅会出现牙龈出血，还会出现牙齿松动，甚至脱落。

(舟山市口腔医院供稿)

牙医大讲堂