

鼾症 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/307/2021\\_2022\\_\\_E9\\_BC\\_BE\\_E7\\_97\\_87\\_c22\\_307024.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/307/2021_2022__E9_BC_BE_E7_97_87_c22_307024.htm) 名称鼾症所属科室耳鼻喉科病因我们知道假如气流经过一个狭小的通道时，会有可能发出一个较尖利的声音。当气流不能自由的经过咽部的气道时，造成咽部软组织的振动，打鼾就会发生。这时您会有疑问了，为什么白天不会有quot.呢？而只会在深夜时会有quot.呢？白天清醒时，咽腔四周软组织中的肌肉代偿性收缩而将咽部组织拉紧，使之不会阻塞气道，而在夜间入睡后，肌肉松弛，咽部四周增生肥大的软组织部分阻塞气道，引起气道的局部狭窄。所以当气流经过这个狭窄部位时，产生涡流并引起振动，由此引起人们所熟悉的鼾声。而当这种声音过于响亮时，会将其他人或者本人吵醒。一般说来，气流阻塞加重，打鼾亦随之加剧，睡眠时打鼾但未出现呼吸暂停，我们称之为quot.或者quot.，简称quot.。假如您经常打鼾，早晨起来，您是否感觉到头晕或是感觉quot.？假如是这样，但您知道这是怎么造成的吗？夜间打鼾严重的您，或者不会知道，而您的家人或是您的室友会发现您的有规律的此起彼伏的鼾声会出现暂停。您知道吗，假如肥大的咽部软组织将气流完全堵塞，而气流完全受阻时就会出现呼吸暂停。由于肺部不能得到新鲜空气，大脑会将身体短暂唤醒到刚刚能收缩咽部肌肉的程度，并伴随一个响亮的喘息声，解除气道阻塞，恢复呼吸。该过程循环往复，使本来应该完整的睡眠变得很浅并且支零破碎。晨起时，您可能不会意识到您会有的此过程，但您会感到头晕，依旧quot.。由于长期缺乏新鲜空气，导致血氧浓度降低，血液粘稠度增加，患者的肺部、心脏以及其他

器官会受到损害，从而导致一些严重疾病的发生，例如高血压、冠心病、心率失常、肺心病、脑血管意外、内分泌紊乱和神经精神疾病等。另外还有研究表明，睡眠呼吸暂停综合症患者的猝死发生率也同样远远高于正常人群。诊断鼾症可以分为单纯性打鼾和阻塞性睡眠呼吸暂停综合征两类。单纯性打鼾为睡眠时上呼吸道出现部分阻塞，致使睡眠时打鼾，但很少发生呼吸暂停及缺氧，对健康影响不大，白天也不打瞌睡。若因睡眠时上呼吸道发生周期性完全阻塞导致口鼻呼吸频繁停止、憋气，则可能是阻塞性睡眠呼吸暂停综合征。假如上气道气流受阻导致呼吸气流停止10秒以上，称为发生一次呼吸暂停；假如1小时睡眠中呼吸暂停发生5次以上，则可以诊断为阻塞性睡眠呼吸暂停综合征，即鼾症。治疗假如你是鼾症病人，首先应到专科就诊。医生会对你做一次睡眠监测。监测仪器会对您的心脏、大脑活动、呼吸运动、口鼻气流、血氧饱和度、血压和鼾声等情况进行监测，并根据监测结果判定鼾症的性质及严重程度，采取有效的治疗方法。常用的治疗方法：减肥适合早期及轻度患者，因鼾症患者大多肥胖，可经过锻炼及控制饮食来减轻体重。手术治疗此适合上气道阻塞的患者，如：鼻甲肥大、鼻中隔偏曲、扁桃体肥大、悬雍垂肥大及软腭低垂等，通过鼻中隔矫正术、腭咽成形术等手术方法解决通气问题。1、射频消融疗法。适合轻中度鼾症患者，利用等离子低温消除系统，使咽部肥大的组织减容缩小，此方法简便，创伤小，不出血，一般可以在门诊治疗。2、经鼻正压通气治疗。通过特制的呼吸机将空气加压，使患者的气道吹开，不再堵塞，治愈呼吸道阻塞缺氧的并发症。此法无创伤，但患者睡时需戴鼻罩，并应在专

科医师的指导下，选购和使用呼吸机。3、口器治疗。用非凡的扩张器睡时放入咽腔，使咽腔扩大，降低上气道阻力。因睡时口内要放扩张器，有不适感，患者不易接受。总之，引起鼾症的原因是多方面的，往往需要多学科的合作，综合分析后才能确定合适的治疗方案。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)