

# 经常头痛,或是鼻患所致

在人群中,每5人就有1个鼻腔疾病患者(包括过敏性鼻炎、慢性鼻炎、鼻窦炎和其他鼻腔病变等),而且发病率还在逐年上升。很多鼻炎患者都以鼻,鼻炎等鼻腔疾病只会引起鼻塞、流涕、打喷嚏的鼻部症状。殊不知,鼻腔疾病也会导致诸如慢性咳嗽、头痛等鼻部之外的更为严重的症状,并容易漏诊、误诊,应引起警惕。

## 一起来认识“鼻源性头痛”

赖先生近半年经常头痛,备受困扰,他辗转于内科、神经科等多个科室,得到的诊断结果多种多样,如神经性头痛、血管性头痛、颈椎病等,但用了不少药都不见好,只能头痛厉害时吃止痛药。最近,他来到南方医科大学第三附属医院耳鼻喉科就诊,经鼻窦CT检查,终于找到头痛的“元凶”——鼻窦炎。

头痛是临床上较常见、原因较多的一种症状,引起头痛的原因有很多,排查起来也需要考虑多方面因素。很多人头痛都是去内科就诊,其实头痛的原因也可能是鼻子的问题所致。南方医科大学第三附属医院耳鼻喉科主任田广永解释,鼻腔分布着丰富的感觉神经纤维,同

时,鼻腔又有交感和副交感神经分布,因而鼻腔是人体较为敏感的一个部位。鼻腔和鼻窦疾病常引起头痛症状,也是临床上比较常见的头痛原因。

像赖先生这种由鼻腔、鼻窦疾病引起的头痛称为“鼻源性头痛”,诱因以鼻窦急性炎症最为多见,约占全部头痛发病数的5%,其他如急性与慢性鼻炎、慢性鼻窦炎等均可引起头痛。一旦遭受炎症的侵袭和鼻腔自身解剖结构发生肿大变异,则容易造成鼻腔、鼻窦引流障碍、肿胀挤压,导致邻近结构受累。早期多表现为阻塞性头痛,如鼻窦开口长期阻塞,或在脓液引流时空气不能进入鼻窦,造成窦腔里的负压状态,则会引起头痛。窦内真空时间过久,黏膜血管扩张、渗出,因炎症渗出积聚,使窦腔压力增高,又会出现张力性头痛。

另外,鼻中隔偏曲,鼻窦通气引流不畅,骨棘压迫中鼻甲或下鼻甲,也会引起严重的反射性头痛。

## 鼻源性头痛有其特点与规律

鼻源性头痛多发于春、冬两季,鼻源性头痛一般都伴有鼻部症状,如鼻塞、眼

涕等,但也有少数病例仅表现为头痛,没有明显的鼻部症状。鼻窦炎发作引起的头痛多在鼻窦内脓性物排出后缓解。另外,鼻窦分成几组,不同区域的炎症,引发的头痛位置有所不同——额窦炎一般引起前额部疼痛,且呈规律性发作,即晨起后开始头痛,逐渐加重,午后或黄昏时逐渐减轻,夜晚完全消散;上颌窦炎之疼痛多为面部胀痛,一般午后较重;筛窦炎会引起两眼中间位置和鼻根部疼痛;蝶窦炎则引起头顶或后脑勺的钝痛,一般为晨起轻、午后重;鼻中隔偏曲一般是引起一侧头痛。

田广永提醒,如果长期头痛却查不出病因时,记得要到耳鼻喉科去看看鼻子,说不定能解决困扰你多年的“疑难杂症”。虽然引起头痛的原因较复杂,但鼻源性头痛在临床上诊断并不难,只要到正规医院的耳鼻喉科就诊,通过鼻内镜检查或鼻及鼻窦CT检查,大多可发现病变。如果是急性炎症引起的头痛可采用药物治疗,若是慢性鼻



炎,通过药物解决不了的,可采取手术治疗,通过鼻内镜手术、球囊扩张等都可以解决。(摘自《羊城晚报》)

# 膝关节微创置换术,让卧床老人重新站起来

市骨科医院关节外科 吕尚军 王坤堂 段喜彦

膝关节疼痛是中老年人的一种常见病,多发于老年骨关节炎、类风湿性关节炎、膝关节创伤均能导致膝关节内软骨面遭到破坏,并刺激关节内膜渗出肿胀,造成严重的疼痛及关节病。关节软骨像牙齿一样,是人体内不能再生的组织,所以过去采用的休息、封闭、服药等保守治疗不能从根本上解决膝关节疼痛、变形和活动困难等问题,病情往往逐渐加重,严重影响中老年人的生活质量。

随着医学的快速发展,膝关节病这一难题已被医学专家攻破。已经成熟的治疗方法有两种,症状较轻的早期患者采用关节镜治疗,症状重的老年患者进行人工膝关节置换。

人工膝关节置换是一种成熟定型的手术,创伤明显减小,手术时间一般不超过1个小时。人工膝关节置换并不是将整个膝关节换掉,也不会破坏膝关节原有的神经和血管,只是将膝关节内部的破损部分清理整理,在关节切骨面上安装高度耐磨的合金,关节面之间垫以聚乙烯高分子衬垫,建成人工的膝关节,恢复膝关节原有的功能,人工膝关节置换是目前治疗老年性、顽固性膝关节疼痛的高新技术,能从根本上解除患者原有的关节肿胀疼痛、活动受限等痛苦,恢复病人患病前的高质量生活。

我院关节外科成功开展全髋、全膝关节置换手术数千例,填补了南阳市多项技术空白。

同时,该科应用综合方法治疗早、中、晚期股骨头坏死,疗效显著。①⑤

## 市骨科医院创伤一科协办

咨询电话:13938987673  
13903779011 13938987680  
专家门诊

# 治疗疼痛 小针刀疗法见奇效

人们长时间使用电脑、驾车等,经常会出现这样的情况:浑身乏力,肌肉酸痛,不时头痛、头晕。这是因为长时间保持单一姿势,从而使颈、肩、腰椎痛等疾病逐渐发展成为现代人的常见病。

小针刀利用其特殊的结构设计和治疗手法,剥离、疏通肌肉、韧带、筋膜间的各种粘连,使其得以松解、修复,解除或减轻人体活动受限等症状。小针刀适应症:头疼、头晕、腰椎间盘突出症、颈椎病、骨质增生、膝关节疼痛以及其他慢性疼痛疾病。市第六人民医院运用小针刀疗法治愈疼痛病人逾千例,该疗法痛苦小、见效快、花钱少,深受广大患者的欢迎。①⑤

## 市第六人民医院协办

电话:63618656 1553999276  
门诊地址:南阳市长江路啤酒厂南100米

# 嘴里发苦 先看消化内科

口中出现异味,经常发苦,是人生病的一种表现,最有可能是消化系统疾病,比如胃肠消化功能不好时可出现口苦,胆囊疾病的病人也会出现这种情况。另外,因为肝、胆部位存在着炎症,特别是患有胆囊炎、胆石症的病人,由于胆囊功能差,胆道系统运动障碍,可导致胆汁的排泄不正常,从而产生口苦感,并常常伴有头痛眩晕、面红眼赤、性急易怒、大便干结、舌质偏红等表现。所以口苦应首先去消化科专科门诊就医,以便进一步诊断和治疗。

一些口腔疾病,例如牙齿有洞、牙龈炎等,也会导致口里有异味、发苦,此时应到口腔科就诊。此外,一些慢性病患者,如糖尿病病人也会经常有口苦感觉。女性进入更年期,内分泌平衡被打破,也可能导致口里有异味。这种情况应去内分泌科就诊。①⑤ (摘自《当代健康报》)

## 编辑手记

近年,我国发生多起禽流感事件,引起国人关注。邻国日本也在遭受类似的困扰,我们不妨来看看日本专家的建议,或可从中借鉴一二。日本东京大学研究生院农学生命科学系教授山田章雄表示,人们感染“人畜共患病”,六成是由于直接接触动物或被动物抓咬。日本大学医学部教授荒岛康友助称,所有的猫和75%的狗身上存在能导致支气管炎和皮肤化脓的巴氏杆菌,70%的狗身上存在能引发败血症的细菌。因此,不要随便触摸动物,养宠物的人更要多加注意,要提前给宠物注射疫苗;定期给宠物剪指甲;不让宠物进出卧室和厨房;带宠物外出回家后要给它洗澡;接触宠物后要认真洗手;如果家里有小孩的话,不要让其与宠物单独接触;如果被宠物抓伤,要马上用肥皂清洗,并及时到医院做详细检查。

除此之外,动物的唾液中含有各种病菌,会通过舔舐人体皮肤等途径使人患病。因此尽量不要用手去触摸宠物的嘴和鼻子,也不要用手拿食物喂宠物;清洗宠物食盆时应该戴一双塑胶手套,事后要及时清洗双手,包括指甲缝等细小处;宠物的粪便要每天清理,处理粪便时也应戴上手套,并且要用塑料袋包裹粪便,千万勿用报纸,以防手指接触传染疾病。①⑤

# 失眠、神经症、多动症新疗法

神经症、更年期综合征等可致失眠。其中神经症包括焦虑症、神经衰弱、儿童多动综合障碍、强迫症、疑病症等。儿童多动综合障碍主要表现为注意力极度涣散、活动过度、行为冲动等。以上描述的部分患者中西医传统疗法疗效很差。南阳中医针灸新疗法医院院长张文进,用新埋线法治疗上述疾病,获重大突破,疗效居国内外同类疗法领先水平,日本、新加坡、韩国等国及国内很多专家来学习。新埋线法是一种什么疗法?记者到卧龙路师院西院对面的南阳中医针灸新疗法医院,就相关问题,采访了该疗法的创始人、国内著名专家、南阳市中医药学会康

复(针推)专业委员会名誉主任委员、河南省委省政府命名的本省唯一的省管优秀针灸新疗法专家张文进。

张文进介绍说,埋线疗法是中医院校《针灸学》教材中的一种很科学的疗法,是在严格消毒后,将医用羊肠线植入针灸穴位,利用其持续刺激作用等治疗疾病;一次埋线的作用可持续一至数月,等于针灸了上千、几千次,对慢性病疗效很好。该疗法不需住院,半个小时左右操作完毕。若一次未愈,隔40至80天再做下次治疗。操作简便,无副作用,不留瘢痕。而张文进对上述埋线法进行改进,采用相关药物浸泡羊肠线,疗效比上述埋线法更好些,称

为新埋线法。

据了解,张文进用新埋线法治疗上述疾病一般1至3次痊愈或明显好转。另外,新埋线法治疗面瘫、头痛、眩晕、鼻炎、哮喘、气管炎、胃病、胆囊炎、结肠炎、脱肛、多种肾病、遗尿、阳痿、前列腺炎、颈肩腰腿痛等病症以及酒精依赖等一般1至3次可愈;对偏瘫、脑瘫、某些截瘫、肌肉萎缩、神经损伤、脑炎及脑外伤后遗症、癫痫、耳鸣耳聋等,目前也是国内外疗效最好的疗法之一。①⑤ (陈丹丹)

南阳中医针灸新疗法医院协办  
电话:1393771120  
特色门诊

# 胆囊结石患者一定要切除胆囊吗

市胸科医院外二科主任 李腾高

胆囊结石是临床上的常见病及多发病,“胆囊切除术”曾被公认是安全、有效的治疗胆囊结石的方法。目前,经过临床大规模研究发现,胆囊切除术也存在不少弊病,如术后消化不良、术中导致胆管损伤,术后胆管结石发病率增高,术后结肠癌发病率增高等。

近年来,随着技术的发展,胆结石治

疗开始进入微创胆取石时代。新式微创胆取石技术是一项高科技新技术,它是在微创下将胆囊切开约1cm-2cm的切口,在双镜或三镜联合下清除胆囊及胆管内结石,因超高清内镜可把结石放大数倍,便于将胆囊内结石清除干净,同时,可在内镜下超声碎石。其手术创伤小,取石干净,效果好,恢复快。最快术后1.5小时即可下床,一般在术后6至8小时可下床活动,术后当天就可进流质饮食,术

后3至4天即可出院。

我们在临床上采用双镜或三镜联合进行微创胆取石术,在先进的设备和娴熟的技术保证下,手术安全可靠,结石清除彻底。在保住胆囊的同时,避免了结石复发,恢复了胆囊的生理功能,使器官功能得以保全。①⑤

南阳市胸科医院协办  
电话:13838978029  
地址:市中州路中段(乘4、6、26路即到)  
健康讲堂

# 庆祝 5·12 护士节

## 市卫计委举办护理管理论坛

本报讯(记者陈丹丹)5月9日,市卫计委主办的护理管理论坛在南阳南石医院举行。来自我市各县区卫生局、县医院、中医院、公疗医院和100多家乡镇卫生院的300多名护理管理人员参加了论坛学习。

此次论坛由市卫计委主办,南石医院协办,旨在通过省、市两级医院护理专家分享临床实践经验,以提升我市基层医院护理管理水平和实践能力。

论坛上,河南省人民医院重症医学科护士长李黎明等护理专家,分别就护理日常管理、护理人力资源管理、临床护理质量、护理安全管理、特殊护理单位管理、三甲等级医院评审解析等问题进行了深入浅出的讲解。其间,南石医院还播放了该院查房、患者交接、临床输血等规范护理工作流程视频,与会人员进行就护理工作细节、创新等问题进行了探讨。①⑤



5月8日,市第四人民医院(市精神病医院)为庆祝护士节,举办了“优化医德医风,构建和谐医患关系”演讲赛。①⑤ 通讯员 杨万良 摄



5月7日,市口腔医院举行了隆重的“授帽仪式暨表彰大会”,16名新上岗护士被授予燕尾帽。庆祝活动还安排了护士礼仪表演和技能展示。①⑤



通讯员 戴芙蓉 摄

# 治腰椎间盘突出症有新方法

中建七局四公司医院椎间盘科主任 王同升

腰椎间盘突出症、颈椎病的治疗有了新方法。医学专家和生物力学专家通过长期的临床研究和总结,研制出一种既安全有效又能从根本上治疗腰椎间盘突出症的方法,这就是“计算机智能椎间盘复位系统”。医生只要将患者的临床特征、影像CT资料输入治疗系统,复位机将自动快速对发生病理变化的椎间盘进行复位治疗,解除对神经根的压迫,不开刀、不手术、5分钟治疗,即可使突出的椎间盘瞬间复位,从而达到从根本上治疗的目的,患者只需休息两个小时就可以回家。10天内复发,免治疗费。①⑤

## 中建七局四公司医院协办

电话:13782007739  
地址:中州西路人才市场东隔墙  
科普天地

# 健康体检要重视

李磊

多数人就医,是在有临床症状时期。其实,不少疾病在早期无临床症状时即可通过健康体检及时发现,因此,重视健康体检,才能实现对疾病早预防、早发现、早治疗的目的。

健康体检最大的作用就是唤起大众健康意识,发现隐藏的健康疾患,有针对性地纠正不健康的生活方式,在疾病早期及时进行干预或治疗,促进身体健康,提高生活质量。对健康体检应特别注意以下三点:

第一,常规体检项目要高度重视。那些项目不仅可以适时监测疾病的动态变化,预测疾病的转归,而且可以预防各类并发症的发生。

第二,特殊体检项目要因因人而异。CT、核磁共振等特殊体检项目应在医生的建议下进行。

第三,无疾患的结果要客观评价。当体检报告显示检查结果都正常时,请不要认为体检无用。这个结果告诉你,某个时期,你的身体还健康。

德国一位著名医学家曾说过:“一个世纪来,体检让德国人多活了25年。”这句话说明了体检对我们健康的影响。因此,30岁以上人群要养成每年体检的习惯。①⑤

健康体检要重视  
健康论坛