

医学专家谈

中老年与耳鼻喉疾病
中老年与耳鼻喉疾病
韩德宽 编著

中国环境科学出版社



中老年与耳鼻喉疾病

中老年保健丛书

5-49

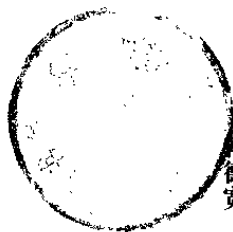
OK

R76-48
HLK

医学专家谈中老年保健丛书

中老年与耳鼻喉疾病

韩德宽 编著



YX.87/28

中国环境科学出版社



A0291568

图书在版编目 (CIP) 数据

中老年与耳鼻喉疾病/韩德宽编著. -北京: 中国环境科学出版社, 1997. 10

(医学专家谈中老年保健丛书)

ISBN 7-80135-394-3

I. 中… II. 韩… III. …①中年人-耳鼻咽喉病-防治②老年病: 耳鼻咽喉病-防治 IV. R76

中国版本图书馆 CIP 数据核字 () 第 21572 号

中国环境科学出版社出版

(100036 北京海淀区普惠南里 14 号)

北京先锋印刷厂印刷

新华书店总店科技发行所发行 各地新华书店经售

*

1997 年 11 月 第 1 版 开本 787×1092 1/32

1997 年 11 月 第 1 次印刷 印张 5 3/8

印数 1-6000 字数 119 千字

ISBN 7-80135-394-3/R·045

定价: 6.60 元

《医学专家谈中老年保健丛书》

编辑委员会

顾 问：钱信忠 白介夫 郭宪瑞 林文漪

主 编：张熙增

副主编：申文江 戴淑凤 金大鹏

编 委：（按姓氏笔画顺序）

马承宣 尤玉才 王邦康 王效道

王跃庆 卢存国 许政刚 李志辉

刘占文 汤云法 吴 逊 吴树燕

张正华 杜洛伊 连 石 汪葆明

周燕敏 姚天樵 高 妍 韩德宽

曹 坚

序

中国的人口结构正在向老龄化趋势迈进，在一些大、中城市更为显著。以北京为例，60岁以上的人口占人口总数的比例，1987年已达10.36%，1994年为12.48%。这两个数据表明了北京人口结构的老龄化势头，中老年人群正在成为北京人口的主体。

人类寿命的延长是社会进步的重要标志，是社会、经济、科技发展的必然结果。然而，作为一个发达的文明社会，还有一个如何提高老龄化人口生命质量和生活质量问题。通俗地讲，人们既要长寿，又要健康。这应该是个非常重要的社会目标，全社会应为之而奋斗。

“既要长寿，又要健康”正在促进医学模式加速转变，正在促进卫生革命迅速发展，也正在促进广大医务人员的观念更新。其中很重要的一点是：医务人员不仅要面向病人，而更要面向健康人；不仅对病人进行医学技术服务，更要对人群进行医学知识服务。这就是说，医务人员要用健康教育、健康促进、健康咨询、健康指导等方式，把维护健康的知识传授给人们，使广大群众具有自我保健能力，从被动服务者变成自我服务者，从而促进社会人群自我保健的兴起和发展。我认为，这是医学发展的根本目的之一，是健康长寿的根本出路之一，也是实现发达的文明社会目标的根本措施之一。

基于上述认识，我们组织了北京医学界一批有丰富经验的中老年专家，选定了中国环境科学出版社，编著、出版了

这套《医学专家谈中老年保健丛书》。《丛书》力图把生命的奥秘，把保护健康的知识用科普的方法、深入浅出地传授给广大中老年朋友。帮助中老年朋友掌握健康长寿的“钥匙”，增强自我保健能力。《丛书》不仅阐明了中老年常见病的预防、早期诊断、治疗和康复方面的知识，而且还专册分述了中老年的心理障碍、养生、性和更年期等方面的知识。可以说，该书在中老年保健方面是一套比较全面的科普读物，有较强的知识性、趣味性和可读性。《丛书》不仅对每个中老年人健康长寿有益，而且对促进社会、心理、生物医学模式的发展，对即将成为人类主要杀手的生活方式性疾病、慢性疾病、退行性疾病的全面预防都是十分有益的。

参加编著、出版该书的医学专家、出版工作者和北京市红十字会、北京市爱国卫生运动委员会的有关同志都在百忙中付出了辛勤的劳动，精选了健康长寿的知识，奉献给了中老年朋友们。在此书出版之际，让我们对这些专家、出版工作者和为此书出版作出贡献的同志表示诚挚的谢意。此书虽然经过专家、出版工作者的精心编著、出版，但由于多方面的条件所限，书中漏误在所难免，敬请广大读者提出宝贵意见寄至出版社，以供再版时修订。

北京市红十字会常务副会长
北京市爱国卫生运动委员会常务副主任

张 熙 增

1995年重阳节

《医学专家谈中老年保健丛书》

- | | |
|----------------|---------|
| 1. 中老年与养生 | 刘占文 等编著 |
| 2. 中老年与性 | 曹 坚 编著 |
| 3. 女性更年期 | 戴淑凤 等编著 |
| 4. 中老年与肿瘤 | 申文江 编著 |
| 5. 中老年与高血压 | 吴树燕 等编著 |
| 6. 中老年与心血管疾病 | 吴树燕 等编著 |
| 7. 中老年与糖尿病 | 高 妍 等编著 |
| 8. 中老年与心理障碍 | 王效道 等编著 |
| 9. 中老年与脑血管疾病 | 吴 逊 编著 |
| 10. 中老年与前列腺病 | 卢存国 编著 |
| 11. 中老年与消化系统疾病 | 许政刚 编著 |
| 12. 中老年与眼病 | 李志辉 等编著 |
| 13. 中老年骨关节病及预防 | 王跃庆 等编著 |
| 14. 中老年与呼吸系统疾病 | 姚天樵 等编著 |
| 15. 中老年与皮肤病 | 连 石 等编著 |
| 16. 中老年与口腔疾病 | 王邦康 等编著 |
| 17. 中老年与耳鼻喉疾病 | 韩德宽 编著 |
| 18. 中老年与气功保健 | 杜洛伊 等编著 |

目 录

鼻

认识鼻生理功能才能重视鼻子的作用	(1)
鼻外形及中老年常见病	(1)
可致命的面部的危险三角区	(2)
酒渣鼻	(3)
鼻部基底细胞癌	(4)
鼻腔第一道防线——鼻毛和粘膜的清洁作用	(5)
鼻腔的第二道防线——溶菌酶的杀菌作用	(8)
鼻腔中微妙的喷泉——加湿吸入的空气	(9)
鼻腔中供暖器——加温吸入的空气	(10)
嗅觉	(12)
过敏性鼻炎	(15)
鼻腔的干旱	(17)
臭鼻症——萎缩性鼻炎	(18)
急性鼻炎的防治	(22)
慢性鼻炎的防治	(24)
打喷嚏	(25)
鼻窦的结构和功能	(27)
保持温度恒定	(27)
共鸣作用	(28)
保护大脑减轻震荡	(29)

黄鼻涕的来源	(30)
急性鼻窦炎	(30)
航空性鼻窦炎	(32)
一把鼻涕一把泪和无感情的两行泪	(34)
鼻是心脏的供氧管	(35)
中老年人鼻出血	(36)
由鼻引起的颅内疾病	(38)
鼻腔鼻窦良性肿瘤	(40)
鼻腔鼻窦恶性肿瘤	(42)
鼻腔鼻窦内窥镜	(45)

耳

耳廓	(48)
扩音筒——外耳道	(49)
外耳湿疹	(50)
耳廓软骨膜炎	(51)
耳屎——盯聆	(53)
耳道眼长白毛——霉菌病	(56)
注意昆虫爬入耳朵里	(57)
银白色屏幕——鼓膜	(59)
鼓室	(61)
中耳炎的发生发展	(67)
迷宫——内耳	(73)
代偿和训练对平衡的作用	(78)
运动病——晕车、晕船	(80)
梅尼埃病	(81)
老年人眩晕	(83)

耳鸣	(84)
老年人耳鸣	(86)
耳能听到的声音频率	(87)
声音传入途径——气导和骨导	(88)
噪音性耳聋	(90)
特发性耳聋	(93)
感音器和发音器——聋与哑	(95)
老年性耳聋	(97)
代谢性耳聋	(99)
血脂蛋白过高症	(100)
甲状腺功能减退症	(100)
早期发现听力损害 10 问	(101)
耳畸形带来的影响	(102)
畸形原因	(105)

咽

咽的结构	(109)
咽的最上部——鼻咽	(110)
鼻咽癌	(111)
咽的中部——口咽	(114)
咽的淋巴环	(115)
咽的最下部——喉咽	(116)
生命的供给管	(117)
加工空气、处理垃圾	(119)
味觉的作用	(120)
老年人味觉变化	(121)
呕吐是保护性反应	(121)

可变性并鸣器官.....	(122)
咽异感症.....	(123)
咽部角化症.....	(125)
口臭原因分析.....	(126)
中老年人警惕扁桃体肿瘤.....	(127)
喉咽癌.....	(128)
咽部异物.....	(129)
老年人吞咽障碍.....	(129)
阻塞性睡眠呼吸暂停综合症.....	(130)

喉

声带.....	(135)
气流振动声带——发声.....	(136)
气流振动声带——发声.....	(137)
声音与口音.....	(138)
声门的压缩空气作用.....	(140)
急性喉炎.....	(141)
慢性喉炎.....	(142)
女性声音的生理变化.....	(144)
老年人噪音变化.....	(146)
咽喉外伤.....	(146)
急性会厌炎.....	(147)
老年人耳鼻喉恶性肿瘤的特点.....	(148)
老年恶性肿瘤的诊断和治疗.....	(149)
喉癌.....	(151)
食道异物.....	(159)

一、鼻

认识鼻生理功能才能 重视鼻子的作用

人到中年大概是一生中最累的时期，就像马拉松赛程中困难时期一样。要闯过困难期最重要的是要有健康的身体。人到老年，随着身体器官的萎缩，免疫力的下降，各种疾病接踵而来，同样需要一个健康的身体，才能有幸福的晚年。

你每天都要照镜子，镜中首先看到的是鼻子，然而你对它却漫不经心，因为当你意识到人到中老年身体的重要时，你首先想到的是心、肺、肝、脾、胃等内脏的重要，而没有想到鼻子有多么重要。

鼻外形及中老年常见病

鼻子的外形在五官中的重要是众所周知的，因为它的位置在面部的中央，似乎面部的其余器官都是围绕鼻子的附属品，所以一个美丽的鼻子能使人觉得小眼睛并不难看，嘴歪一点也许更有个性，这就是为什么很多青年朋友强烈要求鼻

正形，以消除精神上的痛苦。但是中老年人比较着重于实惠，其注意力不在于鼻子的美容上，而注意它带来的生理上的和疾病的痛苦。

可致命的面部的危险三角区

从鼻梁根部到两口角之间各画一条斜线，两口角间再画一条横线，就形成一个三角形区域。为何称为危险三角区呢？原来人体内的血管分动脉和静脉两种，静脉内有瓣膜，就像水阀门，这些瓣膜使静脉血只能向心脏里流去，不能反心脏方向流动。而面部三角区内的静脉却不同于身体其他处的静脉。它缺少这种瓣，也就是无阀门，因而面部静脉的血可上、下流动。可以倒流。

面部的血管很丰富，围绕在鼻子周围，而且面部的主要静脉与颅内的血管相通，一旦面部有细菌感染，例如鼻生疖肿，鼻部粉刺感染，鼻前孔的毛引起的毛囊炎等都可使三角区的细菌在静脉中上升到颅内，引起颅内的严重感染，表现发冷发烧，头痛，眼睛红肿，疼痛，这叫做“海绵窦血栓形成”。

在抗菌素问世以前，此种感染死亡率近乎100%，但在现今抗菌素飞速发展的时代，这种病只要及时治疗大多数都能治好，不过还是不得病好。知道了危险三角区的严重性，完全可以避免发生三角区的感染。首先要讲究个人卫生，保持面部清洁，要纠正挖鼻孔，拔鼻毛的不良习惯，以减少感染机会。一旦鼻子生了疖肿，千万不要自己处理，尤其是有些

人习惯用手挤压疖肿，认为挤出脓疖子就会好了，这正是鼻部疖肿最错误的处理方法。因为捏挤会使脓液顺静脉流到颅内，引起像上面所说的颅内并发症，应该及时去医院治疗，医生会正理处理的。发生颅内合并症后再处理效果就差得多。

酒 渣 鼻

中老年人虽然不像年青人那样注重于鼻外形美，但肥大的红鼻头也常使自己烦恼，酒渣鼻正是一种“红鼻头”，是一种皮肤病。表现鼻头发红、皮肤粗糙、鼻头变大、凹凸不平，人们常称之为“红鼻头”。这种红鼻头与鼻 皮肤红肿不同，与天气寒冷时冻得鼻尖发红也不同，因为这些都是暂时性的皮肤毛细血管扩张、充血，当炎症消退后或进入温暖的环境中，充血可很快消失，使皮肤颜色恢复正常。而酒渣鼻却是一年四季都是红的。个别严重者鼻周围的皮肤都是红的，但一般情况下只有鼻尖是红的，面部的皮肤并不红。

此病对身体健康并无多大影响，有时鼻局部有痒感，并不影响工作和生活，但却令人烦恼。

酒渣鼻是鼻部皮肤的一种慢性损害，真正的病因还不清楚，可能与新陈代谢的紊乱有关；喜欢饮酒、吸烟、爱吃辛辣食物的人患病率较高；胃肠道功能紊乱，例如消化不良，习惯性便秘等也能诱发本病。有人认为心血管疾病，内分泌障碍，或者体内有其他的感染灶，也能致酒渣鼻。

近些年来，有人提出与毛囊蠕形螨寄生有关。总之，以上提到的都可能是致病的因素之一。注意这些方面的保健可

能避免发生酒渣鼻。

酒渣鼻发病过程：第一阶段——发病初期，表现面部皮肤潮红，在饮酒、吃辣的食物或冷热刺激或精神紧张，情绪波动后明显。局部皮肤的皮脂腺口扩大，皮肤显得油腻发亮，分泌物增多。第二阶段皮肤潮红持续不退，皮肤渐渐出现微血管扩张，有时鼻尖部出现小丘疹或小脓疱、增厚、呈桔皮样，看上去很不舒服，渐渐烦恼的心情逐渐增长，情绪不稳，甚至性格改变。第三阶段是皮肤微血管明显充血、扩张、皮脂腺及皮下组织增生，鼻尖变厚变大，表现鲜红或暗红色，鼻尖皮肤有大小不等的结节状突起，外形变得很难看，当感染时可伴有局部疼痛，此时期精神负担更加明显。

酒渣鼻的治疗应该在可能引起发病因素中仔细寻找、慢慢体会，在何种情况下易加重症状，例如与饮食、烟酒、胃肠疾病、鼻腔疾病等是否有关，只有病人自己才能体会到，避免或去掉使症状加重的因素是比较有效的治疗。

鼻部基底细胞癌

基底细胞癌是鼻表面皮肤的恶性肿瘤、好发于中老年人，常见发生于鼻翼、鼻尖。患病初期表现稍稍隆起皮肤的白色或黄色结节，不红不痛，逐渐长大，但生长速度很慢，渐渐中央部形成一溃疡，溃疡表面有一层痂皮。鼻部皮肤发生了这样变化一般人都以为不然，认为过几天就会好的。经常照镜子，天天自己观看总是不自觉的用手挖抠、将痂皮撕掉后有少量鲜血流出。还有一种表现为结节样增生，形成较硬的

肿块，肿块中央溃烂，呈现火山口样也就是中央低周围高，细心的人会觉察到这不是正常现象，及时去医院看病，可早期发现，早期治疗，得到较满意的效果。粗心的人常不留心这种表现，待其长大、扩散、鼻外形被破坏，甚至面颊部、上唇受到侵犯才引起重视。

这种表皮上的肿物虽然发展较慢，但因它是恶性肿瘤，它在皮肤表面以下的扩散肉眼是看不到的，所以肉眼所看到的部分远比肿瘤实际向外扩散的面积要小。

早期的基底细胞癌，因局部鼻外形破坏小，容易治愈，而且不留下明显的畸形，不管用放疗、CO₂激光切除或手术切除，效果都很满意。因为这种癌恶性度不高，发展缓慢，而且不转移。但是就诊较晚，肿瘤较大，引起周围组织器官破坏后，治疗效果就差，而且鼻外形遭到破坏后正形手术也并非容易。本来是可以早发现、早治疗，对面容无多大影响就可治愈的疾病，就因为自己粗心而延误治疗可留下终身遗憾，因为面容的整形手术复杂，很难有满意的效果。

鼻腔第一道防线——鼻毛和 粘膜的清洁作用

以上提到的鼻外形及鼻外部疾病都表现在鼻的皮肤上，容易自己发现。然而鼻内部的疾病并非都如此简单易发现。要了解鼻内部的疾病，首先要简单的了解一下鼻腔的解剖结构。

现在我作为“导游”带你去鼻腔“走一趟”，边走边看。

我们从鼻孔开始，鼻孔有两个，一般人说的鼻孔就是医生说的鼻前孔，是谁都看得见的。在鼻子后面直通到咽部还有两个鼻孔叫后鼻孔，这是一般人看不见的。只有医生用特殊的器械检查才看得见。

走进前鼻孔，有一个宽大的腔，叫做鼻前庭，它的表面覆盖着皮肤，但此处皮肤较身体其他部位的皮肤稍厚一些，而且长满了毛——鼻毛。鼻腔的功能就从鼻毛开始，它就像一片茂密的防护林，空气自鼻孔吸入时必须穿过这块防护林，把空气中的灰尘、泥砂都挡在这里，使空气得到过滤、净化。当你打扫卫生时，自鼻孔中能挤出一团灰色的粘液或用手挖鼻孔时可掏出一块黑灰，这就是鼻毛的作用。有些人有拔鼻毛的习惯，实则是很坏的习惯，因为破坏了防护林，使鼻腔的清洁作用减少了一道工序。

穿过防护林，再往里走，见到一环形狭窄处——皮肤与粘膜相交界面，叫鼻阈，过了鼻阈，防护林突然消失，看不到鼻毛，看到的是粉红色的世界，像远远望去的秋天的香山红叶，还是满山遍野的红高粱？都不是。真是山穷水尽疑无路，柳暗花明又一村。你看它像一个大峡谷，那崎岖弯弯的狭缝到处红彤彤，这就是鼻腔粘膜。鼻腔的功能都表现在粘膜上，因而粘膜越多，自然功能越好，鼻腔中的崎岖不平，大大增加了粘膜的面积。

粘膜功能首先表现在清洁上，它就像一个清洁工，一刻不停地清扫着鼻腔内的垃圾，它是怎样完成清洁工作呢？

我们知道，当外界的空气吸入肺中时，首先要经过鼻前孔，空气中可能带有很多灰尘、病毒、细菌等杂物，吸入肺中非常有害。当空气进入鼻孔时，首先遇到的是前鼻孔的鼻毛，空气从鼻毛缝隙中穿过时，大的灰尘微粒或微生物，就