

重庆市沙坪坝区科学技术委员会科普资助项目

我的 耳鼻咽喉

WO DE
ER BI YAN HOU
ZENME LE 怎么了?

杨玉成 主编

我的 耳鼻咽喉

WO DE
ER BI YAN HOU
ZEN ME LE

怎么了?

杨玉成 主编



西南师范大学出版社
国家一级出版社 全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

我的耳鼻咽喉怎么了? / 杨玉成主编. — 重庆:

西南师范大学出版社, 2018.6

ISBN 978-7-5621-9416-3

I. ①我… II. ①杨… III. ①耳鼻咽喉病-防治

IV. ①R76

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第130971号

我的耳鼻咽喉怎么了?

杨玉成 主编

责任编辑: 翟腾飞

装帧设计: 闰江文化

排 版: 重庆大雅数码印刷有限公司·王兴

出版发行: 西南师范大学出版社

网 址: www.xscbs.com

地 址: 重庆市北碚区天生路2号

邮 编: 400715

电 话: 023-68868624

经 销: 全国新华书店

印 刷: 重庆市正前方彩色印刷有限公司

幅面尺寸: 158mm × 228mm

印 张: 14

字 数: 182千字

版 次: 2018年9月 第1版

印 次: 2018年9月 第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5621-9416-3

定 价: 36.00元

编委会

顾 问：洪苏玲

审 稿：胡国华

主 编：杨玉成

副主编：黄江菊

参 编：余 林 朱 江 钟时勋 康厚墉 曾 泉
柯 霞 李 穗 刘 杰 左汶奇 沈 暘
钱 怡 王晓强 傅 然 江黎珠 雷 艳
杨 一 王 玲 胥正艳 马国庭 吴显文
杨嘉仪

编写秘书：刘 杰 柯 霞

绘 图：杨 博 赵然师 李汴川

主编简介

杨玉成，男，医学博士，主任医师，教授，硕士研究生导师，重庆医科大学附属第一医院耳鼻咽喉科副主任，重庆市中青年医学高端后备人才。

现任中华医学会变态反应学分会鼻眼过敏性疾病学组（筹）委员，中国医促会过敏科学分会委员，中国中西医结合学会耳鼻咽喉科专委会鼻炎鼻窦炎专家委员会委员，重庆市医学会耳鼻咽喉科专业委员会委员，重庆市医师协会耳鼻咽喉科医师分会委员，中国医促会华佗工程耳鼻咽喉重庆协作组副组长，重庆市中青年医学高端后备人才耳鼻咽喉科鼻内镜工作室负责人。多家杂志编委及审稿人。

2011—2012年在比利时根特（Ghent）大学进行博士后研究；2014年在德国格赖夫斯瓦尔德（Greifswald）大学作为高级访问学者研修1年。主持或参与国家“十五”科技攻关项目、国家自然科学基金及省部级、厅局级科研课题10余项；发表中、英文学术论文40余篇；参编专著及教材3部；获重庆市科技进步奖2项，重庆市卫生局科技进步奖1项。

从事耳鼻咽喉临床、教学、科研、健康宣教20年，诊治各种耳鼻咽喉头颈部常见病、多发病、疑难病，擅长鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、鼻腔鼻窦肿瘤、鼻-颅底疾病、鼻眼相关疾病、外鼻畸形等疾病诊治及各种鼻内镜手术、鼻整体成形术等。

序 言

PREFACE

耳鼻咽喉学是一门涉及感觉器官和感觉功能最多的学科。耳鼻咽喉的一些症状或不适，如声音嘶哑、耳鸣、鼻阻塞等，会严重困扰人们的日常生活。随着人们对生活质量的要求越来越高，人们对耳鼻咽喉相关症状、不适或疾病也越来越重视。

本书主编杨玉成教授从事耳鼻咽喉科临床、教学、科研工作20余年，繁忙的工作之余，热心于科普知识宣传，先后在电视、网络上多次开展健康知识讲座。他组织本科室专业医务人员，结合临床工作实践和人们的知识需求，历时近2年，精心编写，终成此书，与读者见面。

《我的耳鼻咽喉怎么了？》从书名来看就非常通俗化，内容以自问自答、图文并茂的形式，对耳鼻咽喉知识进行科普宣教。《我的耳鼻咽喉怎么了？》作为医学知识科普读物，不仅抓住了人们日常生活中最关心的问题，还用最浅显易懂的方式来解释各种医学知识和现象。一方面普及了有关耳鼻咽喉的一些常识性知识，如耳鼻咽喉的结构、功能；另一方面，还针对一些耳鼻咽喉知识误区和盲区进行科普宣教，如“耳鸣是因为肾虚吗”“打鼾代表‘睡得香’吗”等进行了解释。

《我的耳鼻咽喉怎么了?》由三级甲等教学医院重庆医科大学附属第一医院的医生编写,编者均具有耳鼻咽喉专业医学知识及临床诊治经验,保证了内容的科学性、实用性。通过阅读此书,有助于增加人们耳鼻咽喉头颈外科方面的知识,有助于提升人们的自我保健能力,有助于增强医患沟通、医患协作,共同保障人们的健康。

在2018年8月19日中国首届医师节到来之际,本书作为首届中国医师节特别献礼,特推荐给广大人民群众和广大医务工作者。



主任医师、教授、博士研究生导师
重庆医科大学附属第一医院耳鼻咽喉科主任
中国医师协会耳鼻咽喉科医师分会副会长
重庆市医师协会耳鼻咽喉科医师分会会长
重庆市医学会耳鼻咽喉科专业委员会主任委员

2018年6月

前言

FORWARD

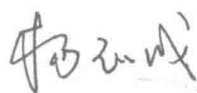
随着经济社会的发展和“健康中国”战略的实施，健康越来越受到人们的重视。人们既往只关心影响生命的疾病，到现在开始关心影响生活质量的疾病。然而，面对网络、电视上纷繁复杂的医学健康信息，人们眼花缭乱，难辨真假，迫切需要科学、实用的健康科普读物正本清源。

耳鼻咽喉涉及听力、嗅觉、言语、吞咽等多种生理功能，与人们的生活质量密切相关。为了科学普及耳鼻咽喉相关知识，提升广大人民群众的自我保健能力和知识水平，我们编写了《我的耳鼻咽喉怎么了？》这本书。本书围绕人们日常生活中遇到的常见问题，以自问自答、图文并茂的形式，详细并通俗易懂地讲解有关耳鼻咽喉的健康知识，包括耳鼻咽喉的结构、耳鼻咽喉的功能、耳鼻咽喉常见症状及原因、耳鼻咽喉常见疾病及防治、耳鼻咽喉保健。

本书的编者均为耳鼻咽喉科的临床医生，大部分具有博士学位及中高级职称，具有丰富的临床诊治经验。本书内容突出了科学性及实用性，既可供广大人民群众了解耳鼻咽喉医学知识，也可供医学院校学生、广大医务工作者工作参考。

由于编者均为临床医生，平时临床工作繁忙，多利用下班休息时间编写，时间仓促、编写能力有限，错漏之处在所难免，恳请各位读者批评指正。

本书获得重庆市沙坪坝区科学技术委员会的资助，在西南师范大学出版社的大力支持下完成。感谢重庆医科大学有关领导的支持，感谢重庆医科大学附属第一医院耳鼻咽喉科各位同仁的大力支持，感谢研究生杨博、赵然师的医学绘图，感谢我的研究生团队的支持，感谢育才中学杨嘉仪通读指正，感谢家人的默默支持！正是大家的努力，本书才得以最终付梓，在此十分感谢大家！



于山城重庆
2018年6月

目录

CONTENTS



一、耳鼻咽喉的结构

- (一) 你了解鼻子的相关结构吗 /003
- (二) 你了解耳朵的相关结构吗 /007
- (三) 你了解咽喉的相关结构吗 /010
- (四) 你了解气管和食管的相关结构吗 /014



二、耳鼻咽喉的功能

- (一) 耳鼻的主要功能有哪些 /019
- (二) 咽喉的主要功能有哪些 /025



三、耳鼻咽喉常见症状及原因

- (一) 鼻子的常见症状有哪些 /033
- (二) 耳朵的常见症状有哪些 /042
- (三) 咽喉及颈部的常见症状有哪些 /075



四、耳鼻咽喉常见疾病及防治

- (一) 你了解过敏性鼻炎吗 /091
- (二) 你了解药物性鼻炎吗 /100
- (三) 你了解鼻中隔偏曲吗 /103
- (四) 你了解鼻 - 鼻窦炎吗 /107
- (五) 你了解鼻咽癌吗 /120
- (六) 你了解喉癌吗 /124
- (七) 你了解声带息肉吗 /137
- (八) 你了解慢性扁桃体炎吗 /142
- (九) 你了解慢性咽喉炎吗 /150
- (十) 你了解中耳炎吗 /158
- (十一) 你了解突发性耳聋吗 /165
- (十二) 你了解胃食管反流病吗 /168
- (十三) 你了解耳鼻咽喉异物吗 /171



五、耳鼻咽喉保健

- (一) 耳朵如何保健 /177
- (二) 鼻子如何保健 /197
- (三) 咽喉及颈部如何保健 /207

参考文献 /212



耳鼻咽喉的结构

(一)

你了解鼻子的相关结构吗

1. 鼻子的结构是怎样的？

鼻子位于面部中央，如一顶漂亮的三棱形房子，两个鼻孔就是两扇大门。表面看这个房子小巧，里面的空间大着呢，是个豪华的套房。房子共有两个走廊并排而列，中间由一堵墙分隔，直至末端相通。这两个走廊即我们平日所说的鼻道，中间的墙在医学上叫鼻中隔。走廊的外侧壁上均可见3个凸出的部分，犹如镶嵌的3个石雕，从上至下排列，在医学上分别称为上鼻甲、中鼻甲、下鼻甲，每个鼻甲下面各有一个凹槽通道，分别称为上鼻道、中鼻道、下鼻道。在鼻腔周围的骨头里，还有4组豪华房间，医学上称它们为鼻窦，它们均有开口（即窦口）通向鼻腔，鼻窦房间中产生的垃圾可经相应通道排出，空气也可进出鼻窦。





2. 什么是鼻中隔？

鼻子的外形似一个三角锥，外鼻如同一幢房子的屋顶一样，两个鼻孔好似大门，从这里进去就是鼻腔。鼻腔中间的隔板就是鼻中隔，将鼻腔一分为二，成为两个相似的左右鼻腔。除非外伤或者炎症等引起鼻中隔穿孔，否则两个鼻腔是互不相通的。鼻中隔虽然位居两个鼻腔之间，但由于生长发育或外伤的缘故，绝大多数中隔都不太平直，总有一点向一侧或者两侧弯曲，如果过分偏曲，可以引起一侧鼻腔阻塞，严重时会引起头晕、头痛、鼻腔出血，这在医学上称为鼻中隔偏曲，严重的偏曲常常需要手术治疗。

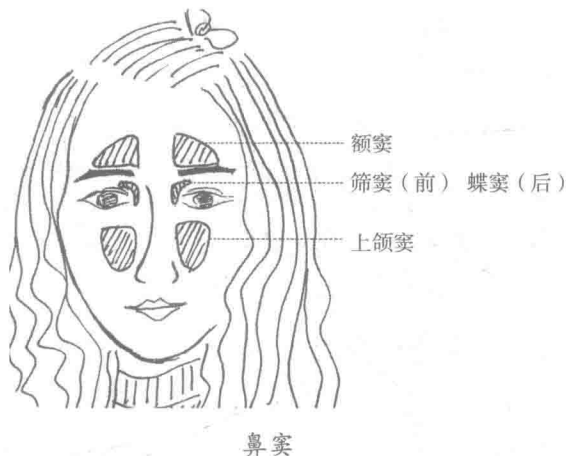


3. 什么是鼻窦？

鼻窦是鼻子一个非常重要的组成部分，因隐藏在头颅骨质内部，无法被直接观察和触摸到，故而大家对它不够了解。实质上，鼻窦是鼻腔周围多个含气的骨质腔，过去也被称为鼻旁窦、副鼻窦，共有4对，依其所处的颅骨命名，分别为额窦、上颌窦、筛窦和蝶窦。

上颌窦是鼻窦中体积最大的，位于鼻腔两旁、眼眶下面的上颌骨骨头内。当上颌窦存在炎症等病变时，按压鼻子旁眼眶下的颅骨时会感到压痛。额窦在额骨内，就是我们所说的额头，组成额头的这块骨头左右侧各有一个空腔，即为额窦。筛窦位于鼻腔上部的两侧，即双眼之间、鼻根部内，由许多小的骨性腔隙组成。蝶窦的位置最深，位于蝶骨内，位于整个颅骨的正中间。

四组鼻窦均以小的开口，即窦口，与鼻腔相通，鼻腔和鼻窦内部具有相同的黏膜组织。当我们呼吸时，气流不仅仅只通过鼻腔，还会通过鼻窦，鼻窦和鼻腔黏膜有



湿润和温暖所吸入空气的作用。当出现感染、过敏等情况时，除了鼻腔黏膜会发生炎症，鼻窦黏膜也会发生炎症，即出现我们所说的鼻炎、鼻窦炎，并分泌一些分泌物——我们所说的鼻涕。鼻腔黏膜肿胀使鼻腔气道变窄，我们就会感觉到鼻子不通气，即鼻塞。当鼻窦内分泌物不断增多甚至堵满整个鼻窦而且无法流出到鼻腔时，我们就会感到头部闷胀或闷痛。

4. 外鼻是如何构成的？

鼻由三部分构成：外鼻、鼻腔、鼻窦。外鼻是指我们可以从外观上看到的、呈三角形的部分，主要由皮肤、软骨和骨构成。皮肤自然是我们能看到的最表面那层，皮肤下面有一层皮下组织，再下面就是鼻骨和鼻软骨。从鼻外观上看，由上到下依次是鼻根（两眼中间部分）、鼻梁、鼻尖。鼻梁两边的叫鼻背；鼻尖两边的叫鼻翼，也就是呈半圆形拱起的那部分；鼻尖和人中之间的那个小

柱一样的部分叫鼻小柱。鼻根和鼻梁由鼻骨组成，而鼻尖、鼻翼、鼻小柱由软骨组成。

鼻子位于面部中央，是面部最高点，面部受到撞击时常常最先着力。鼻软骨有弹性，不易发生骨折；而鼻骨的骨密度和硬度都比其他部位偏低，因而容易发生骨折，所以鼻外伤多发生鼻骨骨折，引起鼻梁凹陷畸形或左右歪斜。

