

孩子变“呼噜娃”，还“越长越丑”？

腺样体肥大是“元凶”，开不开刀取决于这些因素

腺样体肥大 娃越长越丑

一对年轻父母带着六岁的孩子走进了耳鼻喉科的诊室。他们最近才发现，宝宝长着长着，怎么嘴唇变得越来越翘，牙齿也越来越外凸了？本以为这是口腔矫正的事，来了医院一查，才发现孩子竟是得了腺样体肥大的毛病！像这样趁着暑假带孩子来医院看“牙齿外凸”“睡觉呼噜响”“呼吸阻塞”等由腺样体肥大引起的问题的情况可不少，复旦大学附属眼耳鼻喉科医院耳鼻喉科副主任医师赵可庆表示，暑假期间，自己每天接诊的患者中一半都是来看腺样体肥大的2-8岁儿童。

啥是“腺样体肥大”？可能讲起“腺样体”的名字，很多人还不知道它在哪儿。其实，它有一个大家耳熟能详的“兄弟”——扁桃体。大家熟知的扁桃体位于上颌两旁，是“颞扁桃体”；而腺样体位于鼻咽部，又称为“咽扁桃体”。腺样体属于淋巴组织，是人体重要的免疫器官，能抵御侵入呼吸道的细菌、病毒等微生物。腺样体和扁桃体一样，都是呼吸道的第一道防御门户。

腺样体会在出生后随着年龄的增长而逐渐长大，2-6岁时为增殖旺盛的时期，这是正常的生理性肥大。一般情况下，腺样体会在6-7岁开始逐渐萎缩，到成人期基本消失。然而，如果在这个过程中腺样体

第 医 线

暑假接近尾声，复旦大学附属眼耳鼻喉科医院接诊了不少搭暑假末班车前来就诊的“呼噜娃”。在耳鼻喉科门诊，家长们的疑问可不少：孩子晚上呼噜不断，咋回事？孩子怎么长着长着嘴巴越来越凸，下巴越来越后缩？孩子鼻窦炎反复治不好，总是流鼻涕，怎么办？其实，这些看似“不搭界”的小毛病背后可能都有一个共同的“元凶”——腺样体肥大。



赵可庆在看诊

本报记者 徐程 摄

反复受到炎症刺激，就可能会出现病理性增生，变成了难以消退的“过劳肥”，即腺样体肥大。肥大的腺样体会阻塞呼吸道，引发鼻塞、鼻窦炎、睡眠打鼾等。而孩子鼻呼吸不畅只能用口呼吸代偿，久而久之形成“腺样体面容”：上唇变翘、下巴后缩、牙齿突出……一个“扎心”的现实就是，孩子“越长越丑”了！

孩子还小 可以不开刀吗

孩子腺样体肥大，一定要动手术吗？这是很多家长的疑问。赵可庆表示，这个问题要结合孩子的病情与年龄来看，具体问题具体分析。医

生一般会给前来就诊的患儿先进行保守治疗，让家长在家观察两三周，如果患儿在用药后明显好转，譬如“呼吸时嘴巴能闭住了”、“睡觉不打呼噜了”，那么就无需手术。而如果药物治疗没有效果，那么医生会给患儿进行鼻咽侧位片或鼻内镜的检查，进一步评估病情。

年龄也是决定治疗方案的因素之一。“因为大部分孩子到6-7岁的时候，腺样体会开始逐渐萎缩，所以这个年龄是一个重要的‘分水岭’。”赵可庆介绍道，一般对于8-9岁的孩子不考虑手术，因为此时已经过了腺样体生理性肥大的高峰期，组织已经开始逐渐萎

缩，这个年龄段的孩子大多不是病理性的呼吸不畅，而是因为小时候腺样体肥大而形成了不良的口呼吸习惯，建议这一部分患儿接受口腔矫正，重新养成正确的呼吸习惯。对于2-3岁的孩子，如果前期保守治疗无效且症状较重，则应尽快手术，避免拖延病情、影响生长发育。而对于3-6岁过渡期的孩子，临床上倾向于进行保守治疗，成功率较高。

既然到了年龄，腺样体会自然萎缩，那么不做处理，“顺其自然”行不行？答案自然是否定的。赵可庆举例说，假如一个孩子2、3岁时就表现出了症状，此时距离腺样体自然

萎缩还有几年，而小孩面部发育的速度是很快的，拖延了这几年时间很可能导致孩子面部发育不良，变成了“腺样体面容”。“而且肥大的腺样体会里会储存很多细菌，迟迟不治的话会导致鼻窦炎反复犯，孩子老流脓鼻涕。如果腺样体肥大阻塞了呼吸，严重的话还会对呼吸中枢产生影响。”赵可庆表示。

本报记者 左妍 实习生 吴昊

实用帖

“二看” 尽早发现腺样体肥大

家长如何早期发现孩子腺样体肥大呢？对此，赵可庆医生总结了“二看”。“一看”症状，如孩子是否呼吸变粗，是否总是张嘴呼吸，晚上睡觉是否老打呼噜，这些都是早期症状。如果病情发展更晚一点，则会表现为面容的改变。“二看”相关疾病，譬如孩子是否老是犯鼻窦炎、中耳炎、咽炎，气管炎老是治不好，这些都可能是由于腺样体肥大病灶引起的。

如果以上“二看”都不明显，那么可以在孩子睡觉时拿抽丝的棉签或一面小镜子对准唇部，如果棉丝摆动或镜子升腾起雾气，则可基本判断孩子是张嘴呼吸的。无论是否是腺样体肥大引起的口呼吸，都建议家长带孩子前往医院耳鼻喉科进行检查，早发现早治疗。

苏州吴中区委书记解读“吴中之美” 丁立新：天堂之美在太湖 苏州之美在吴中

秋风一吹，就到了鸡头米上市的季节。上海的吃货老饕们便迫不及待地想要到苏州吴中区来了。吴中四季皆有妙物，而鸡头米负责引爆下半年的味蕾诱惑。那些藏在冬雪春雨里的等待，横跨四季的漫长时光，最终交付在一碗带着新鲜水汽的鸡头米里。

秋风秋雨“饕”煞人。上海人饕得不止是吴中的四季风物，更饕吴中的秀丽山水。穹窿山，为苏州最高的山，有“吴中之巅”的美誉；西山岛，中国内湖最大的岛；宝带桥，我国现存最长的古代多孔石桥。吴中是苏州山最多的地方，独占太湖72峰中的58峰；苏州水最多的地方，独揽3/5的太湖水域，拥有180余公里的太湖岸线。

“天堂之美在太湖，苏州之美在吴中。”8月20日，苏州市吴中区委书记丁立新对话上海主流媒体，为上海市民解读吴中之美。

天堂苏州 最美吴中

大诗人白居易诗云：吴中好风景，风景无朝暮。白乐天很懂吴中，他知道吴中的风景“360度全天候无死角”。

上海人也很懂吴中。“每年来苏州游玩的上海人，有百分之八九十都会来吴中。而吴中的游客当中，有15%以上是来自上海。”丁立新说。上海、吴中地缘相近，人文相亲，上海人骨子里就有吴文化的基因，因此对吴中自然人文的亲近，可以说是“天生”的。

在苏州各板块中，吴中区有着得天独厚的环境优势。“太湖风光美，精华在吴中”。7月25日-28日举行的中国共产党苏州市吴中区第五次代表大会提出了“天堂苏州·最美吴中”的展



▲苏州市吴中区委书记丁立新在接受媒体采访

展愿景，明确了坚持创新引领，建设美丽吴中，全力争当社会主义现代化建设先行军排头兵的目标任务。

丁立新表示，此次区党代会上确立“天堂苏州·最美吴中”发展愿景，与“美丽中国”“美丽江苏”“美丽苏州”战略高度契合，既体现了吴中的强大底气，又表达了吴中人民的宏大愿景，吴中之“美”，不仅是山水文化之美，更应该是产业质效之美、城市发展之美、人民生活之美。吴中区将要打造的是“全方位的‘美’”，“做优山水之美、做强产业之美、做精城市之美、做深文化之美、做实人民之美”。

没有产业没有创新 吴中区就没有未来

美是实力，美也是生产力和创造力。吴中是苏州“手艺人”最多的地方，

苏州从事传统手工艺的人中有80%左右都来自吴中区。

吴中人把他们的智慧和灵巧运用到当下的经济发展中，就转化成了强大的创新动力。在新华网公布的“2020城市市辖区高质量发展百强”榜单中，吴中区列第七位，这是过去几年来吴中区主要经济指标稳步增长、地区综合实力显著提升的真实反映。

创新，正成为驱动吴中经济加速提质的主要动力。丁立新说，“没有产业，吴中就没有未来；没有创新，吴中也没有未来”。如今，这句话已然成为“金句”，不仅在吴中是有口皆碑，在苏州也是广泛流传。

丁立新透露，吴中区正在编制《产业强区发展规划》和《产业强区三年行动计划》，将全力打造新一代信息技术、机器人与智能制造、生物医药及大健康和工业互联网、检验检测、文化旅游等产业集群，加快建立特色鲜明、基础扎实、优势明显的现代产业体系；全面实施科创载体“333”提升工程，深化科技企业培育“用端”计划，加快推进中国中医科学院大学、上海交通大学长三角（苏州）航空产业发展研究院、北京理工大学苏州工业互联网与软件创新中心等大院大所建设。

沪苏共赢： 大树底下种好碧螺春

长三角一体化发展国家战略，是吴中面临的重大历史机遇，上海长期以来就是吴中最重要的文旅客源输出地，在当下国内大循环为主体、国内国际双循环相互促进的新发展格局中，吴中区如何进一步加强与上海的

联系、构建具有吴中特质的沪苏同城化格局？

“具体来说，就是立足吴中特色，努力打造成为上海高端要素集聚承载地、生态文化产品供给地、产业协同发展目的地。”丁立新说。

丁立新介绍，多年来，吴中一直处在上海的前沿，“大树底下种好碧螺春”是诠释吴中与上海关系的最好注解。在加强与上海的联系、构建具有吴中特质的沪苏同城化格局中，吴中一方面将全力承接上海发展“溢出效应”，上海需要什么、吴中就服务什么，做更多“上海得益、沪苏共赢”的事；另一方面就是依托苏州作为开放大市、制造业强市，既借上海长板锻造长板，又积极贡献自身长板，与上海优势互补、错位发展，共同构建长三角一体化内核。

“沪苏同城”是一个重大的发展命

题，也是一个重要的契机，吴中区已经出台了《吴中区打造特色融入长三角一体化发展标杆的实施方案》，提出主动承接上海全球科创中心辐射带动，全面融入长三角科技创新共同体、环太湖科技创新圈和沿沪宁产业创新带，完善成果转化机制，提升协同创新能力。

在文旅领域，立足上海重要客源市场，吴中区将精心推出一批以非遗文化、文保建筑、古街古巷等为主题的沉浸式旅游精品线路，以及主打“文化+旅游+好物”组合牌的吴中好物节；通过推动传统媒体和新兴媒体融合发展，多角度、多方位、多层次推广苏式生活、苏作技艺、太湖文化、太湖体育、太湖旅游等产品，打造“江南文化”的吴中标识；培育壮大吴中文旅新业态新模式，以IP经济、平台经济、首店经济、品牌经济带动消费增长。

（黄继山、邱如明文 朱桂根 摄）



▲苏州吴中区生物医药产业园