

## 【科普】你知道儿童打呼噜的危害吗？

台州市立医院 7月8日

—— 点击蓝字，轻松关注



### 睡觉



一般来说，成人打呼噜比较多见，如果儿童习惯性地发生打呼噜，就需要十分警惕了，儿童打呼噜很可能是某种疾病发出的信号。儿童时期是人体注意力、数学及语言认知发展的关键期。睡眠过程中打呼噜常引起认知障碍、行为异常等，严重影响儿童的身心发育。

#### 儿童打呼噜的常见原因

据统计，7%-12%的儿童有习惯性睡眠打呼噜，最常见的年龄段是4-7岁，其中有10%-20%会并发阻塞性呼吸暂停综合征，常见的原因有扁桃腺肥大、腺样体肥大、肥胖、颅颜面及呼吸道先天性异常。此外，过敏性鼻炎引起的鼻道阻塞也是引起儿童睡眠打呼噜重要原因。

#### 儿童打呼噜的主要危害

##### 敲黑板!!!

1. 导致孩子生长缓慢，影响儿童的生长发育，睡眠质量一旦下降，势必使释放的生长激素减少，影响儿童的骨骼发育；
2. 导致孩子智力发育落后，孩子在睡眠中严重缺氧，直接导致脑部发育的供氧不足，精力不集中、成绩下降；
3. 腺样体面容：颌骨变长，腭骨高拱牙列不齐、上切牙突出、唇厚等，就是我们俗称的“暴牙”或“哨牙”，影响宝宝的面容；
4. 引起渗出性中耳炎（腺样体肥大影响咽鼓管功能）。

总结一下就是：

**变丑！**

**变傻！**



正常面容

腺样体面容

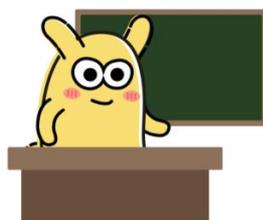


腺样体面容

正常面容

儿童打呼噜怎么办

认真听讲!!!



儿童打呼噜得尽早积极治疗，其最常见的原因是扁桃体和腺样体肥大，如果手术指征明确手术切除肥大的扁桃体及腺样体后疗效还是很好的，现在谈谈扁桃体和腺样体的手术治疗问题。

一

### 腺样体和扁桃体一定要手术么？

腺样体肥大只有在药物治疗被证明无效的情况下，才考虑手术。扁桃体肥大影响吞咽、呼吸或者反复发作扁桃体炎，都需要手术。

二

### 扁桃体手术能解决什么问题？

和腺样体切除术一样，切除扁桃体可以解除上呼吸道的阻塞，使得打呼噜明显缓解或消失。此外，如果是以前有反复发作扁桃体炎，手术后将不再发作，且可预防并发症，如：心肌炎、肾炎、关节炎等。

三

### 扁桃体和腺样体都切掉，会影响免疫力吗？

4岁以上的孩子，切除扁桃体和腺样体，不会对免疫力造成影响。这已经是经过研究得出的可靠结论，不需要怀疑。

四

### 手术危险吗？

相对来说还是安全的，对于扁桃体和腺样体手术本身来说，最大的危险是出血，发生率极低，小于1%。其实小孩越小手术并发症反而越低，手术后恢复也越快，年龄越大术后反应也越重，恢复也越慢些。

五

### 全身麻醉会影响孩子的智力吗？

不会。麻醉药物对孩子的影响只局限在麻醉期间和麻醉结束后的24小时之内，此后不再对身体有任何影响，更不会对智力有什么影响。

六

### 手术痛苦吗？

单纯的腺样体手术几乎无痛苦，一般孩子在手术当天下午就可以自由活动，饮食基本如常，大部分的孩子在手术第二天就看不出刚做过手术了。如果合并扁桃体切除术，术后会有咽喉痛，一般年龄越小疼痛会越轻，我科近10年来一直采用低温等离子射频

消融切除扁桃体，属于目前最先进的微创手术方法。手术中孩子相当于睡了一觉；清醒后疼痛也不明显，创伤小、恢复快。

七

手术要多长时间？一般要住院几天？

扁桃体加腺样体切除术，历时大约半小时。一般需住院4-5天不等，主要是术前的检查和术后观察，一般术后观察2天左右就可以出院了。

八

是激光手术还是等离子手术？手术微创吗？

激光是无法切除扁桃体和腺样体的。现在多采用国际先进的低温等离子手术，具有视野好、出血少、组织创伤少、手术时间短、术后恢复快等特点，是微创手术。



肿大的扁桃体严重堵塞咽腔



低温等离子切除扁桃体

台州市立医院耳鼻喉科创建于八十年代初期，以耳鼻咽喉微创外科为特色，为台州市重点学科、温州医科大学硕士研究生培养基地、卫生部内镜与微创医学

耳鼻咽喉科培训基地，开展低温等离子切除扁桃体手术已经10余年，手术经验丰富，取得了很好的临床效果。



部分图片来源于网络  
供稿：耳鼻咽喉科 李勇



## 台州市立医院微信公众平台



敬畏生命 追求卓越



## 台州市立医院眼科中心公众平台



敬畏生命 追求卓越