

为什么眩晕多从耳入手治疗

蒲 魁

四川南充市高坪区人民医院 四川南充 637100

【中图分类号】R276.1

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2019) 06-093-01

眩晕是身体对空间定位障碍造成的动态或位置错觉。它涉及许多学科。绝大多数人一生都经历过这种疾病。据统计，眩晕在内科占 5%，耳鼻喉科占 15%。

眩晕的感觉主要有以下四种方面的表现：视物的旋转；天旋地转；眼睛的晃动；黑暗和眩晕的视力；不稳定的道路，踏空的感觉，也被称为平衡障碍。前两种是真正的眩晕，是前庭系统，特别是周围前庭系统受损的表现。后两种是伪眩晕，也称为头晕，是非前庭系统或中央前庭系统受损的表现。

眩晕，肥胖、虚弱和老年人更容易发作，较轻的头晕一眨眼就消失了，较重的人意识到眼睛前景不稳定，导致站立不稳，伴有耳鸣、恶心呕吐、眼球震颤、冷汗、面色苍白。脑震荡等症状，脑膜病，高血脂，严重贫血，脑震荡后遗症，神经衰弱等。动脉硬化和颈椎病可引起眩晕症状。

大部分眩晕发作时，患者常常伴随着不稳定的摇摆、跌倒、面色苍白、出汗、恶心、呕吐等症状，血压和脉搏也发生变化。如果出现眩晕，应通过耳鼻喉科或神经科进行诊断和治疗。眩晕涉及许多临床学科。前庭系统和平衡相关系统（包括本体感觉系统和视觉系统）可通过生理刺激或其中枢连接通路任何部分的病理因素引起眩晕。由于前庭系统在维持平衡中起着重要作用，耳源性眩晕在眩晕中所占比例较高。

人在空间中的位置感和运动姿势的维持主要取决于视觉、本体感觉和前庭系统的相互作用。（1）视力，如果患者有视力问题或白内障等眼睛问题，不无法依靠视力来辅助平衡系统；（2）本体感觉，其受体位于四肢肌肉中，有助于保持身体姿势和运动协调；（3）内耳前庭，包括耳蜗、三个半规管

和前庭系统。一般来说，耳蜗是听觉系统，而半规管和前庭是我们的平衡系统。当视觉和本体感受器的机械结构不正常时，患者会失去平衡，出现头晕和眩晕。只有当内庭系统受到影响时，才会有眩晕的感觉。它除了与耳鼻喉科疾病引起的头晕外，还与内科、神经病学、神经外科、骨科、眼科、妇产科、精神病学等密切相关。

据研究，有几十种疾病可以引起眩晕。但人们常常把眩晕和梅尼埃病混为一谈。梅尼埃病是由内耳疾病引起的。晕车和晕船也是内耳的问题。耳部疾病如迷路炎、化脓性中耳炎、内耳耳硬化症等都可能引起眩晕症状。

内耳实际上是一对被挤压进骨头的感觉器官，位于头骨侧面的腔隙中。内耳的一个组成部分是一个螺旋耳蜗，它将声波转换成电脉冲到达大脑。另一个部分包括一系列被称为半规管的环。这些管子里的液体和改变你的身体姿势会导致头晕。如果内耳和颞骨的形状不正常，无论是遗传还是损伤，都可能发展成梅尼埃病。内耳的形状和液位可因疾病或其他情况而改变，包括：中耳感染（中耳炎）、梅毒、白血病、耳硬化症和一些免疫问题。

治疗包括症状治疗、病因治疗和前庭康复治疗。前庭康复治疗是近年来除各种病因治疗外，治疗耳源性眩晕的重要方法。由于耳源性眩晕的确切原因尚不清楚，很难采取有效的预防措施。一般来说，患者应注意情绪调节，保持心情愉悦，不给自己太大压力，避免高空作业、刺激性工作以及山地旅游，避免辛辣刺激性食物，避免吸烟、饮酒和食盐。在症状的缓解期还可配合饮食治疗，防止疾病复发。

你该知道的母乳喂养知识

王春晓

四川省南充市顺庆区人民医院 四川南充 637000

【中图分类号】R473.71

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2019) 06-093-02

母乳均衡，富含免疫物质，母乳喂养可以加深母婴的感情。母乳易于消化吸收，并含有婴儿必需的营养素，比例适当。因为它是构成人体的蛋白质成分，所以不易过敏，免疫物质也非常丰富。它是婴儿天然和理想的营养素。母乳的最大优点是喂养时的“母子互动”。给予妈妈和宝宝特殊的信任感和亲密感，并具有培养彼此强烈感情的精神效果。

母乳是婴儿的理想天然食品。母乳在任何牛奶中都具有无可比拟的优势，并含有婴幼儿所需的所有营养素。母乳中的蛋白质，脂肪，乳糖，矿物质，维生素和水的成分比

例最适合宝宝的身体需要，最容易让宝宝消化吸收，并能促进宝宝的良好食欲，有利于宝宝的成长和发育。母乳中不饱和脂肪酸含量高，易消化，对婴儿大脑的发育非常重要。

母乳含有母体产生的抗体。进入婴儿体内后，有助于提高婴儿的免疫力，减少患病几率。来自母乳的母亲细胞，其中约 80% 是巨噬细胞，能够杀死细菌，真菌和病毒。此外，母体中的抗体恰好是生活环境中存在的病原体，具有这些抗体的母乳是为婴儿量身定制的，以抵抗环境中的病原体。在母乳喂养的婴儿的消化道中有大量的有益细菌，如双歧杆菌