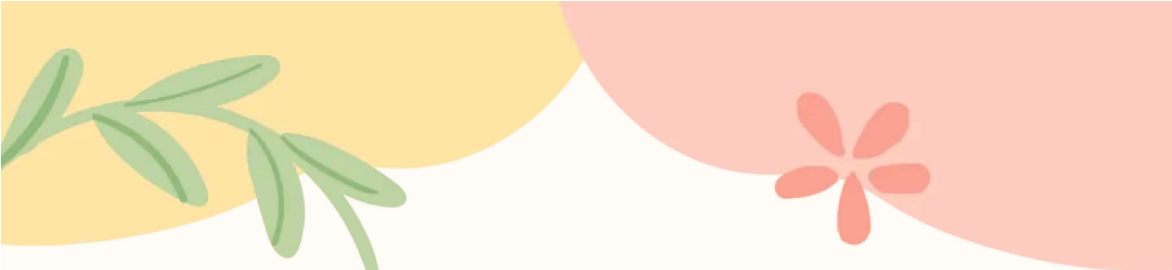


听力“打折”，耳内“积水”？耳部健康要重视

台州市立医院 2025年02月27日 17:18 浙江



健康聆听 无碍沟通

+ 3月3日全国爱耳日 +

在全国爱耳日即将到来之际，让我们一起来了解一种常见的耳部疾病——**分泌性中耳炎**。它虽然不像突发性耳聋等急性耳部疾病那样来势汹汹，但却能悄无声息地威胁着人们的听力健康。



分泌性中耳炎

分泌性中耳炎是一种以中耳腔积液为主要特征的中耳疾病。与急性中耳炎不同，它**通常没有明显疼痛或发热**，因此被称为“**沉默的中耳炎**”。

想象一下，我们的耳朵就像一个精致的小房子，中耳是房子里的一个小房间，正常情况下，这个小房间通过咽鼓管和外界保持着“联系”，让房间

里的气压和外面一样，这样耳朵就能正常工作，帮我们听到各种美妙的声音。



当分泌性中耳炎找上门，就类似于小房间的“通风管道”——咽鼓管出了问题。它可能被堵住了，或者工作不顺畅，导致小房间里的空气越来越少，形成了一个小小的“负压区”。这时候，中耳黏膜就像一个被欺负的小朋友，开始“委屈”地渗出液体，这些液体在小房间里越积越多，就引发了分泌性中耳炎。

分泌性中耳炎的常见症状

- 成人

 - ①耳闷胀感（像塞了棉花）；
 - ②听力下降（如水中听声）；
 - ③耳鸣（间断性的“噼啪”声或低调“轰轰”声）；
 - ④自声增强（说话时感觉声音在颅内回响）等。
- 儿童

 - ①频繁抓耳、摇头；
 - ②对呼唤反应迟钝；
 - ③注意力不集中、学习成绩下降（因听力受损影响学习）；
 - ④语言发育延迟（未及时治疗导致后遗症）。



分泌性中耳炎
病因及治疗方式

分泌性中耳炎的病因复杂，目前来说与多种因素有关：

咽鼓管功能障碍

上呼吸道感染：感冒、鼻炎、鼻窦炎等导致咽鼓管黏膜肿胀，通道堵塞。

过敏：过敏性鼻炎患者易发。

气压变化：乘坐飞机、潜水时气压骤变也有可能诱发分泌性中耳炎。

腺样体肥大

儿童腺样体（鼻咽部淋巴组织）肥大会直接压迫咽鼓管开口，是**儿童发病的主要原因**。

其他因素

长期暴露于二手烟；胃食管反流；鼻咽部肿瘤等。



分泌性中耳炎的治疗原则是**改善咽鼓管通气、引流，清除中耳积液**，同时治疗相关疾病。

药物治疗

鼻用糖皮质激素：减轻鼻腔炎症，改善咽鼓管功能。

抗组胺药：适用于过敏性鼻炎患者。

黏液促排剂：帮助稀释积液。

医生提醒：

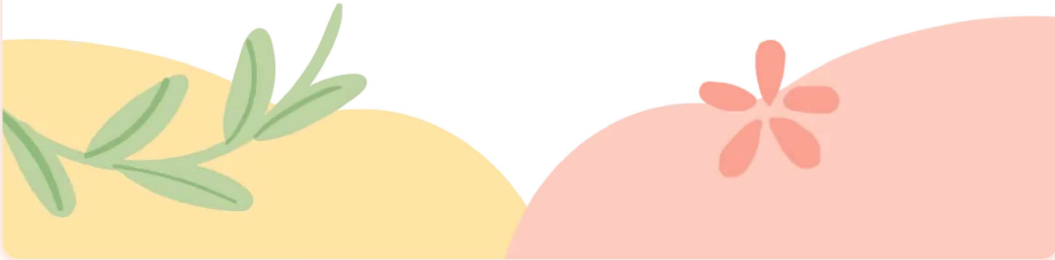
不要乱用抗生素，只有在合并细菌感染时，才需要在医生指导下使用抗生素。

手术治疗

鼓膜穿刺抽液：通过鼓膜穿刺，抽出中耳腔内的积液，缓解症状。

鼓膜置管术：在鼓膜上放置通气管，引流积液并平衡压力，适用于反复发作或积液持续3个月以上。

腺样体切除术：儿童合并腺样体肥大时建议同步进行。



**分泌性中耳炎
预防措施**

1 预防上呼吸道感染

避免辛辣刺激性食物和烟酒刺激，避免接触烟雾等不良气体刺激呼吸道，保护和增强上呼吸道黏膜的抵抗力。

2 避免接触过敏原

尘螨、花粉过敏者需注意防护，以减少过敏引发的耳部问题。

3 保持耳朵清洁

避免用尖锐物品清理耳朵，**定期清洁耳廓。**

4 注意擤鼻方式

擤鼻涕时勿双手同时捏紧前鼻孔用力擤鼻涕，应该按压一侧鼻孔轻轻清理鼻腔的分泌物，**避免用力过猛。**



5 增强体质

平时要加强锻炼，**预防感冒**。如果有感冒或者鼻炎、鼻窦炎发作，要及时用药治疗。

医生提醒：

耳闷、听力下降持续1周以上；儿童出现抓耳、反应迟钝、语言发育迟缓等，请及时就医。



作者 | 耳鼻咽喉科 陈武兵
编辑排版 | 宣传统战部
审核 | 陶宝鸿 吴莎



扫码关注
台州市立医院
微信公众号





台州市立医院

台州学院附属市立医院

扫码关注

台州市立医院眼科中心
微信公众号



微信扫码了解政策
一键进入医保办事

—— 医保政策宣传码 ——



