

这五种情况，扁桃体就别留了



慢性扁桃体炎是一种常见疾病，相信很多人都在经历。据调查，人群中存在慢性扁桃体炎的患者约为22%，儿童中发病率更高。一想到扁桃体有帮助身体对抗感染的作用，有些人即使长期遭受慢性炎症困扰，也不愿切除扁桃体，这样真的好吗？医生建议，出现五种情况，可以考虑把扁桃体切除。

本版图片来自网络

吃柿子吃出胃柿石 这些食用禁忌请知晓

50多岁的徐先生最近反复胃痛吃不下饭，医生检查发现他的胃里有两块直径6厘米左右的结石，被确诊为胃柿石症。原来，徐先生入院前一周，每天都空腹吃掉七八个新鲜柿子。

香甜可口的柿子怎么会吃出结石呢？北京市中西医结合医院呼吸消化内科主任医师王韶华指出，柿子中富含鞣酸，在胃酸的作用下，鞣酸与胃液中蛋白质结合成不易溶于水的鞣酸蛋白，沉淀在胃内。柿子中含有的其他成分，如树胶和果胶，可以把柿核以及其他蔬菜植物纤维黏合在一起，就会在胃内形成胃柿石，由胃柿石引起的相关症状叫胃柿石症。“胃柿石形成后，小而光滑的结石可随胃肠蠕动，由粪便排出体外；大而粗糙的结石则可引发各种消化道症状。”

胃柿石的发病分为急性和慢性。王韶华介绍，急性为在食用大量柿子半个小时后即出现症状，表现为上腹部坠胀感、呕吐恶心等，呕吐物内含有碎柿块为其特点。慢性为病程超过六个月，表现为逐渐加重的食欲不振、消化不良、上腹疼痛，反酸烧心，较大的胃石可以在腹部形成包块。“胃柿石较大时，在胃内不能自行排出，长期与胃黏膜接触摩擦，易引起幽门梗阻、胃溃疡、消化道出血、胃穿孔、贫血等严重后果，还可能引起肠石性梗阻，甚至并发胃癌。”

王韶华表示，柿子虽然营养丰富、香甜美味，吃起来却有诸多禁忌。比如，不要在空腹、饮酒后吃柿子；不要吃柿子皮，尤其不能吃生涩的柿子；不要与蟹、鱼、虾、牛奶、鸡蛋等高蛋白的食物同吃。此外，老人及小孩、有胃肠道疾病及手术史的人，胃肠道功能差，比正常人更容易形成胃石，不宜一次吃太多；柿子含糖较多，糖尿病患者不宜多吃；柿子含有单宁物质，容易与铁质结合，从而妨碍人体对食物中铁质的吸收，贫血患者也应少吃。

“除柿子以外，空腹食用过量的黑枣、山楂、石榴等也可以形成胃石，尤其是未成熟果实。”王韶华提醒。

来源：新京报

扁桃体炎可累及全身

扁桃体，又称扁桃腺，因为外形像扁桃一样而得名。一般所说的扁桃腺是指肉眼可见的腭扁桃体。其位于咽峡的侧壁，舌腭弓和咽腭弓之间，呈扁卵圆形，表面盖着黏膜上皮，底面包着纤维被膜，与咽壁的肌层联系很松，容易分离；另外还有咽扁桃体和舌扁桃体。

与其他的腺体组织一样，扁桃腺是人体免疫系统的一部分，是咽淋巴组织中体积最大者，属于咽部淋巴内环中的一分子。在儿童6至7岁时淋巴组织增生，扁桃体可能会变得肥大，这属于生理性肥大，到中年以后会逐渐萎缩变小。上述这些腺体的主要作用是帮助身体对抗感染。

当发生扁桃体炎时，就是扁桃体受到了感染。一般都由于咽喉及上呼吸道受到细菌感染而失守。除此之外，慢性扁桃体炎在机体内外环境发生变化的情况下，容易形成病灶，发生变态反应，产生各种并发症，如风湿性关节炎、风湿热、心脏病、肾炎等全身性疾病。

急性、慢性扁桃体炎的区别

扁桃体炎分为急性扁桃体炎和慢性扁桃体炎，下面我们来具体介绍一下：

急性扁桃体炎 急性非特异性炎症，常继发于上呼吸道感染，是一种很常见的咽部疾病。好发于儿童及青年，季节更替，气温变化时容易发病。

主要致病菌：乙型溶血性链球菌，但非溶血性链球菌、葡萄球菌、肺炎链球菌、流感杆菌或腺病毒、鼻病毒、单纯性疱疹病毒等也可引起本病。细菌和病毒混合感染也不少见。上述病原体存在于正常的口腔及扁桃体内而不会致病，当某些因素导致全身或局部

抵抗力下降时，病原体侵入人体，或原有大量细菌繁殖而致病。受凉，潮湿，疲劳过度，烟酒过度，有害气体等均可作为诱因。急性扁桃体炎的病原体通过飞沫或直接接触而传染。

症状表现：全身症状起病急，头痛，畏寒，高热可达39℃至40℃，尤其是幼儿可因高热而抽搐、呕吐等。局部症状咽痛明显，疼痛剧烈时可引起吞咽困难，也可放射至耳部，出现耳鸣，耳闷听力下降等，儿童若因扁桃体肥大影响呼吸时，可妨碍其睡眠，夜间常惊醒。

慢性扁桃体炎 多是由于急性扁桃体炎反复发作或因腭扁桃

体引流不畅，窝内细菌病毒感染而演变成慢性炎症。也可继发于猩红热、白喉、流感、麻疹、鼻腔及鼻窦感染。

主要致病菌：链球菌和葡萄球菌。

症状表现：反复急性扁桃体炎发作，并有咽部不适及堵塞感。也有部分患者无明显急性发作史，表现为经常咽部不适，异物感，发干，发痒，刺激性咳嗽，口臭等。扁桃体过度肥大可引起吞咽困难，说话含糊不清，呼吸不畅或睡眠时打鼾。脓栓常随吞咽进入消化道，部分患者可出现消化不良、头痛、四肢乏力、容易疲劳或低热等表现。

五种情况 考虑切除扁桃体

扁桃体到底该切除还是保留？很多人只看到了扁桃体的免疫作用，宁愿遭受扁桃体炎的反复折腾，也不愿切除扁桃体。这种观点是不正确的，当扁桃体反复炎症发作，且严重影响机体的正常生理功能时，是可以考虑手术治疗的。出现以下情况时，可以考虑切除扁桃体：

1.反复出现急性扁桃体炎发作，每次感染都会出现发烧、咽痛、咽喉黏膜充血现象，同时可出现化脓性扁桃体炎，表现为扁桃体表面出现脓点，每年发作4至5次以上，连续发作2年。

2.扁桃体过度肥大，妨碍吞咽、呼吸、发声功能，睡觉打呼噜。

3.扁桃体反复感染导致风湿性心脏病、心肌炎、关节炎、肾小球肾炎及皮肤病等，应考虑切除扁桃体。

4.白喉带菌者，保守治疗无效时。

5.各种扁桃体良性肿瘤，可连同扁桃体一并切除。

需要注意的是，每个人的病情发展及自身身体情况都是不同的，需不需要手术，还是要去正规医院，经由专业医生诊断指导，再确定是否进行手术治疗。

如何预防慢性扁桃体炎反复发作呢？预防永远是最好的治疗。为了保护扁桃体，大家可以试试这样做：

多运动，增强体质，提高免疫力及抗病能力。

多休息，不要让机体过度劳累。避免着凉，预防感冒。

多喝水，保持咽喉部的湿润状态。

认真刷牙漱口，给扁桃体营造良好的口腔环境。

少吃辛辣食物。

来源：北京青年报