農民十大疾病系列⑧

慢性咽炎與咽神經症

耳鼻喉科主治醫師／賀自立

慢性咽炎是指咽部（本文是指口咽及下咽部）的慢性炎症，凡是任何慢性刺激所產生的慢性炎症狀態都可稱之，不只是因反覆感染所造成的結果。

咽的結構及生理

咽爲氣道及食道共通的管道，空氣經鼻向後達鼻咽、口咽、下咽而喉、氣管到肺部，食物由口、口咽、下咽而入食道，中間以會厭軟骨爲控制閥。會厭在平常狀態時，氣道是通暢的，當吞嚥時會厭軟骨會向下垂，封住喉部，讓食物滑入食道中（圖右）。平時鼻及氣管的分泌物也會排到咽部而吐出或吞入，說話時由肺部呼出空氣，以氣流振動聲帶而發聲，此時咽除了可以控制氣流通過量外，可以肌肉收縮調節咽內徑的大小，以產生各種聲音的共鳴作用。同時，咽有一環狀阿禦組織即由五對淋巴組織——咽扁桃、舌扁桃、鼻咽增殖體、側咽淋巴帶、咽後壁淋巴小結所組成的Waldeyer's咽環。由以上可知咽之功能繁多，工作繁重，主掌呼吸、吞嚥舌道的暢通，協助發聲及防禦感染。

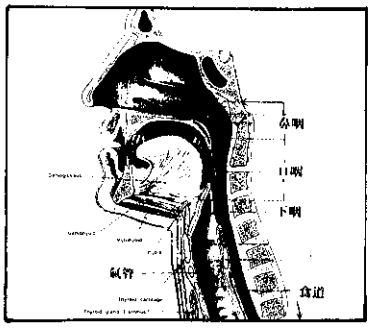
病例說明

門診常見喉嚨（咽）、頸部有困擾的病人，如一位李先生從事推銷工作，幾個月來他總是覺得喉嚨乾痛及有許多黏痰，不易咳出，尤其是在與客戶講多話，抽多煙後更是痛苦。另一位王先生，他有慢性肥厚性鼻炎，鼻常塞晚上都張口呼吸，又容易扁桃腺發炎，平常咽喉部常有異物感、乾痛，也常有黏痰不易咳出，二位患者都看過許多醫生，沒見效。又一位男士最近常覺得頸部僵硬，喉嚨裏總是覺得有一個東西梗在那裏，他既不抽煙又不喝酒，細問之下，才知他的一位鄰居，最近因食道癌去逝，他懷疑自己是否也得了早期癌因而產生症狀。又一位中年婦女，多年來經常覺得在吞口水時有一個圓形的東西梗在喉嚨下方，吞不下也吐不出，更引起肩頸僵硬，前胸壓迫感，她懷疑自己是否得了癌症或甲狀腺向內腫大壓迫氣管。

前兩例是"慢性咽炎"，後兩例是"咽神經症"典型的例子。當然慢性咽炎在久治不癒下，也會形成咽神經症的症狀。

發病誘因及症狀

工業社會人們工作忙碌，社交活動頻繁，交談多（局部磨擦），飯局多，有些人又嗜煙酒及辛辣刺激的調味品，一般人除了二手煙之污染又加上工廠、汽機車廢氣之污染（局部黏膜慢性刺激），人口擁擠，傳染病容易散佈。人們生活在這種環境下，人類的第一道防禦關口——咽，屢次受到刺激，感染發炎，咽部容易受損；同時附近器官之感染，如倒流的鼻涕及肺、氣管的黃痰也要經過咽來處理；鼻塞時晚上病人張口呼吸，更增加咽的刺激，使咽的黏膜充血，淋巴結肥大



而形成了慢性咽炎。

症狀因人而異，通常是咽部乾痛，常覺得有黏痰而不易咳出，吞口水時覺得有東西梗在喉嚨（異物感），尤其是性格內向的人，較敏感且特別去注意它，更覺得痛苦；再加上報章雜誌上的報導，咽癌、食道癌的早期症狀又恰巧只是咽喉的異物或稍爲吞嚥困難，因而使得部分人士以爲自己喉嚨裏長了東西，到處就醫；偏偏這種症狀不容易完全消失，更讓病人有治不好的感覺，使他的心情更緊張，不自覺地咽頸部肌肉也緊張起來，而覺得吞口水更加困難。頸肩肌肉緊張，甚至前胸有壓迫感，呼吸困難，如此越注意它，治療效果又不彰，更加重症狀，以致形成了惡性循環。因而除了慢性咽炎外，又多了一種咽神經症了。

症狀治療

慢性咽炎的患者，首先要儘量避免局部之刺激，要戒煙酒，少吃刺激物，減少長時間連續說話。

藥物治療是以症狀治療爲主，如化痰劑、消腫止痛劑，如有黏痰不易咳出，可早晚以溫塩水（1公克塩泡100CC溫水）漱口。在咽部細菌感染時，要以抗生素徹底治療，如患者同時併有肥厚性鼻炎或慢性鼻竇炎，常鼻塞、鼻涕倒流，或慢性扁桃腺炎經常咽痛及急性發作，可考慮手術治療。若有頸肩肌肉緊張，可予肌肉鬆弛劑。如果說明了病情及使用藥物治療後，效果不好，且病人一直很在意這些症狀，情緒不寧常失眠時，最好看一一精神科醫師，這對咽神經症的治療是很有幫助的。

放鬆心情

我們生活在目前的生活環境中，咽部很容易受到刺激，如不幸發生慢性咽炎的症狀，則要請耳鼻喉科專科醫師檢查；如果沒有任何不好的發現，應放寬心情，配合藥物及局部治療，將症狀減輕到最低，以防止產生咽神經症的症狀。

農產品專書加工

衛生・安全・健康

水果加工

(平)200元

介紹本省常見水果的加工方法，分爲果汁、果醬、蜜餞、乾果等四大類計41篇。

18×17(公分)

方祖達、李錦楓等10數位食品加工專家著

蔬菜加工

(平)120元

介紹本省民間各種蔬菜加工方法：蘿蔔乾、黃蘿蔔、蘿蔔、雪裡紅、樹子、醬瓜、酸辣菜、福神菜、冬菜、筍乾、醬筍、鹹菜、覆菜、榨菜、公館榨菜、越南脯等16篇。18×17(公分)・88頁

10數位食品加工專家著

畜產品加工

(平)230元

介紹我國傳統風味的畜產品加工製作方法，分肉品、乳品、蛋品等三大類43篇專稿

18×17(公分) 240頁

10數位畜產加工專家著

豐年社

台北市溫州街14號 電話：(02)3628148

郵政劃撥0005930-0豐年社 每次郵購另加掛號郵資45元

全省書局有售・農林漁牧園藝家政書籍2000多種，總目錄兩索即寄