

凌晨两点,双耳持续响起嗡嗡声……

天气转冷 耳朵小中风患者增多

医生:72小时黄金治疗期切莫错过

近日,宁波气温骤降,且早晚温差较大,突发性耳聋患者明显增多。宁波市第九医院耳鼻喉科主任白薇琦表示,近期接诊的突发性耳聋患者数量显著上升,最多时一天达3例,其中不乏青少年和老年人。白薇琦提醒说,突发性耳聋俗称耳朵小中风,有72小时的黄金治疗期,一旦出现耳鸣、耳闷、听力急剧下降等症状,务必及早就医。



医生为患者治疗中。

1 突发耳鸣,五六个小时后确诊中度耳聋

两天前的上午,60岁的陈阿姨在家人陪伴下,焦急地来到宁波市第九医院耳鼻喉科诊室。她向接诊的白薇琦医生描述,当天凌晨两点左右,她迷迷糊糊间突然感觉双耳内响起持续的嗡嗡声,像是有虫子在脑袋里叫。起初她试图翻身缓解,但耳鸣丝毫没有减弱,反而逐渐感觉到听力像隔了层东西,说话听不真切,耳朵里还有明显的闷胀感,仿佛坐飞机时的耳压不适,整个人心烦意乱,再也无法入睡。

“医生,我是不是要聋啦?”陈阿姨担忧地问。白薇琦医生初步检查发现,其外耳道干净,无耵聍栓塞或霉菌,鼓膜也完好无积液。然而,随后的纯音听力测试结果却显示,陈阿姨的双耳平均听力约43分贝,已属于中度耳聋。结合突然发病的特点和听力检查,确诊为突发性耳聋。

白薇琦解释说,这种病就像耳朵的血管发生了小中风,导致内耳听觉细胞缺血缺氧,功能急剧受损。

2 秋冬高发,青少年患者不在少数

白薇琦介绍,突发性耳聋在秋冬季,尤其是气温骤降时尤为高发。这是因为室内外温差较大,会引发人体内耳毛细血管剧烈收缩,发生痉挛或供血障碍。自11月天气转冷开始,这类患者就明显增多,目前病房已先后收治十余例突发性耳聋患者,年龄最小的仅十余岁。

值得注意的是,突聋患者群体呈现出年轻化趋势。除了像陈阿姨这样的中老年患者,近期该院接诊了多名十几岁的青少年。一名14

岁的初二学生,因持续耳鸣、上课注意力不集中,被家长带来就诊。询问病史后得知,孩子经常熬夜复习至凌晨,睡眠严重不足,且压力巨大。听力检查证实,孩子已经出现突发性听力下降。

白薇琦分析,青少年病例增多,与学习压力大、长期熬夜、睡眠不足、情绪焦虑以及过度使用耳机等不良生活习惯密切相关。另外,病毒感染、情绪剧烈波动、烟酒刺激等也都是突发性耳聋常见的诱发因素。

3 耳鸣往往是第一信号

白薇琦强调,突发性耳聋的早期症状常常是耳鸣。耳鸣是耳鼻喉科最常见的主诉之一,指外界没有声源,但自己感觉耳内或脑内有声音。她解释,耳鸣原因复杂,患者就诊时,医生首先会通过高清耳内镜等检查,快速排除外耳道耵聍栓塞、霉菌感染、中耳积液等常见问题,甚至需要排查鼻咽癌等严重疾病。

只有排除了这些器质性病变,并结合突然发生、听力急剧下降等核心指征,才能诊断为特发性的突发性耳聋。

“治疗突发性耳聋,时间就是听力!”白薇琦提醒,该病有明确的黄金治疗期,那就是发病72小时内。在发病早期进行规范、系统的治疗,对突发性耳聋的有效率可达90%左右。治

疗手段包括扩血管、营养神经、糖皮质激素应用、声治疗(如耳鸣治疗仪)以及高压氧舱治疗等,形成一套综合、闭环且个性化的治疗方案。

此外,突聋的疗效评估通常以1年为观察周期,患者切勿因短期内效果不明显而中断治疗。曾有一位80岁的老人,经过规范治疗后恢复良好,其关键在于及时就医、坚持疗程,并同步调整生活方式,保证充足睡眠、保持心情放松、注意保暖,避免感冒和过度疲劳。

白薇琦建议,一旦出现突发性耳鸣、耳闷、听力短时间内明显下降,切勿观察等待,应及时前往耳鼻喉科就诊,抓住最佳治疗时机,避免造成永久性听力损伤。

记者 程鑫 通讯员 郑诚 文/摄

误以为是更年期提前 实则是子宫肌瘤作怪

张女士今年40岁,是一位全职妈妈。近半年来,她原本规律的月经变得毫无章法。“身边不少姐妹这个年纪都面临更年期,我以为自己也是提前进入这个阶段了。”近期,张女士的月经持续十天仍未干净,虽出血量不算多,但持续的不适让她身心俱疲。不堪其扰的她,找到了奉化区尚田街道社区卫生服务中心中医科林旭静医生。

林旭静发现,张女士才40岁,但面色蜡黄,精神萎靡,尤其是双手指甲苍白无血色,这与单纯的更年期症状并不相符。详细追问病史得知,张女士多年前就被查出患有子宫肌瘤、卵巢囊肿及慢性盆腔炎,但因平时无明显不适,且忙于家庭事务,一直未重视后续检查与治疗。

通过中医“望闻问切”四诊合参,林旭静明确诊断,张女士的月经紊乱核心病因是子宫肌瘤导致子宫内膜无法正常脱落,而指甲苍白则是长期慢性失血引发的贫血信号。针对这一病因,为其制定了活血化瘀、止血调经的个性化中药调理方案。

服药的第二天,张女士持续十天的月经便完全干净;坚持服用一周后,身体状态焕然一新——不仅乏力症状消失,面色红润了,指甲也恢复了健康血色。复查超声显示,尽管子宫肌瘤仍存在,但增厚的子宫内膜已明显变薄,进一步印证了诊断的准确性。林旭静根据复查结果调整药方,为其进行巩固治疗。

如今,张女士的月经已恢复正常,仍在遵医嘱调理体质。最近一次复查时,她欣喜地告诉林旭静,自己怕冷的老毛病也得到了改善。

林旭静介绍,女性出现月经异常,需及时明确病因。她同时梳理了女性群体中常见的认知误区,提醒广大女性避开“雷区”——

不要将月经紊乱直接等同于更年期来临,40岁左右女性出现月经不调,可能与子宫肌瘤、卵巢囊肿等妇科器质性疾病或内分泌紊乱相关,需通过专业检查明确诊断,不可盲目归因;

认为“月经量大是在排毒”的说法并无科学依据,相反,经量过多属于异常信号,长期失血可能引发贫血、免疫力下降,还可能掩盖潜在的严重病变;

月经推迟并非仅与怀孕相关,排除怀孕后,压力过大、作息不规律、妇科炎症等多种因素均可能导致该症状,如果长期异常需及时排查原因。

记者 庞锦燕



林旭静在门诊中。资料图片