

聲沙

聲沙是由喉部或喉部以外的病變所引致，患者發聲時音量及音色變得沙啞，甚至出現氣弱或完全失聲。

聲沙的成因

- 不正確發聲及長期過度用聲，引致聲帶受損。
- 傷風、感冒、喉嚨發炎或聲帶受病菌感染。
- 吸煙和飲酒均有機會導致慢性喉炎，影響發音。
- 若長期聲沙(持續兩星期至一個月以上)，可能是聲帶生菌、生息肉、發炎、聲帶變厚或聲帶癱瘓，甚至可能是喉癌，故應找醫生檢查聲帶。聲帶檢查需由耳鼻喉專科醫生用反射鏡或內窺鏡檢視，才能作出準確的診斷。

聲帶生菌的治療

療法包括言語治療及學習呼吸。平時說話不應過度用力，亦應盡量讓聲帶休息及保持喉部滋潤。此外，適當的手術治療也可使聲線回復正常。

仁安醫院分科診所(將軍澳) Union Hospital Polyclinic (Tseung Kwan O)

將軍澳新都城中心3期商場1樓101號舖
Shop No.101, Level 1, Metro City Plaza III
Shopping Arcade, Tseung Kwan O

電話Tel: 2721 0100



仁安醫院 Union Hospital

香港沙田大圍富健街18號
18 Fu Kin Street, Tai Wai, Shatin, Hong Kong
電話 Tel : 2608 3388
電子郵件 E-mail : union@union.org
網址 Website : www.union.org

請登入以上網址申請成為「仁安醫院@新消息速遞」會員，
你便可收到本院最新健康活動資訊。

To receive information on health promotional activities, please register
as member of Union@News Express at our Hospital's website.

本院保留一切更改或刪改此單張之權利，而不作另行通知。
Our Hospital reserves the RIGHT to amend any information in this leaflet
without prior notification.



ISO 9001: 2000
Cert. No. FS 66763



耳鼻喉專科

預約電話：2721 0100
仁安醫院分科診所（將軍澳）



仁心、安心、貼您心

Tender • Loving • Caring



MAR/ENT-0905

將軍澳分科診所

提供婦產科、眼科、骨科、
耳鼻喉科、皮膚科、兒科、
外科、泌尿科、心臟科、
呼吸系統科、內科、言語治療及
家庭醫學的專科治療



耳垢

耳垢通常有保護耳道的作用，但若果耳垢積累太多，則會影響聽力，嚴重會引起外耳炎。如要清除耳垢，必須用正確的方法，否則會弄巧反拙。

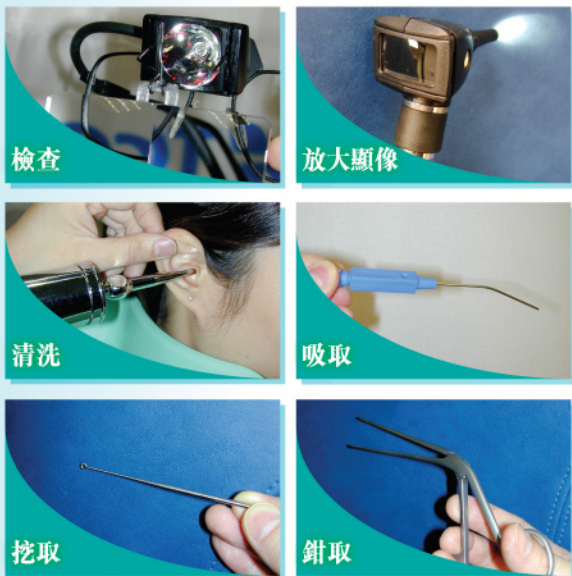
一般家用的耳道清潔方法及注意事項

綿花棒只適用於清潔少量耳垢，使用時必須格外小心及注意以下事項：

- 確保身邊沒有人騷擾，以免造成碰撞，弄穿耳膜。
- 不宜把綿花棒深入伸進耳道內清理。

專業的耳道清潔方法

醫生跟據個別耳垢的情況而決定使用不同的清潔方法。以下是專業的耳道清潔方法及儀器：

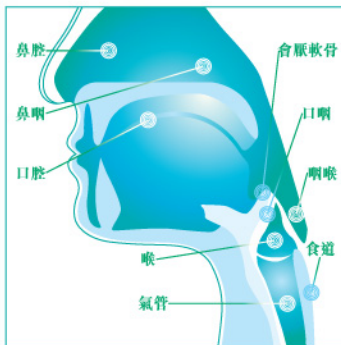


鼻鼾及阻塞性睡眠窒息症

鼻鼾是一種非常普遍的現象，一般人多以為嘈吵的鼻鼾是酣睡的反應。不過，有些人睡眠時會發出大聲的鼻鼾，經睡眠測試後會發現當中夾雜了多次沒有鼻鼾的時段，即鼻鼾聲突然停止，甚至連一點呼吸聲也沒有，這可能是由於呼吸道受阻引致窒息，即阻塞性睡眠窒息症。

什麼是鼻鼾？

鼻鼾是氣流經過上呼吸道時(見右圖)，振動軟顎及咽喉的軟組織所發出的聲音。



什麼人容易有鼻鼾？

- 肥胖人士，他們的喉嚨軟性組織及軟顎較厚。
- 缺乏運動的人喉嚨肌肉較鬆弛，容易打鼻鼾。
- 扁桃腺肥大，鼻息肉或鼻中隔(兩鼻腔之間隔)彎曲。
- 天生軟顎及吊鐘肥大或過長，容易在氣流中擺動。

阻塞性睡眠窒息症

- 打鼻鼾的人士有可能患上睡眠窒息症，因為患上窒息症前，患者多是鼻鼾日漸嚴重。
- 睡眠時呼吸受阻，主要是由於鼻咽喉的軟組織在睡眠時放軟而下垂所引致。
- 由於呼吸受到阻塞，睡眠窒息症患者不能完全熟睡，容易導致疲倦、煩躁及頭痛。呼吸道阻塞令吸入的氧氣減少，血液中的氧降低及二氧化碳增加，使身體的氧及二氧化碳失衡。窒息時間越長，缺氧的情況越嚴重。長期會使血壓上升，有機會引致高血壓、心臟病和中風。

睡眠測試發現阻塞性睡眠窒息症的特徵

- 睡覺時呼吸因受阻而窒息十秒或以上，每小時的睡眠會出現七至十次窒息。
- 嚴重的睡眠窒息症患者在一小時內可能出現高達四十至五十次窒息。

預防及治療

- 患者可向耳鼻喉專科或普通科醫生求診檢查，找出病因，對症下藥。
- 過胖者應減肥及多做運動。
- 戒酒類及安眠藥。
- 改變睡姿，多採用側睡，減少地心吸力對舌肌及軟顎的影響，可令咽喉保持暢通。
- 可按醫生指示，夜眠時戴上正壓呼吸機，確保呼吸暢順。
- 進行手術切除阻塞呼吸道的軟組織。

鼻咽癌

鼻咽癌在香港及華南地區是一種普遍的腫瘤病症。根據香港醫管局癌症資料統計中心數據指出，2000-2006年，平均每年屬鼻咽癌的病例約有一千宗，當中約四分之三患者為男性，而每個人一生患上鼻咽癌的風險——男士為六十九分之一，女士則為一百七十二分之一，病發中位年齡約五十歲。

鼻咽癌的病徵

鼻咽位於鼻腔的最後端的位置，剛在咽喉之上(見上圖)，是一個隱蔽的位置，因此早期的鼻咽癌不易察覺。它的病徵可分為三大類：

- 因腫瘤引致阻塞性病徵，如鼻鼾、長期鼻塞不癒。
- 腫瘤表面壞死滲血，引致鼻液帶血或流血鼻。
- 腫瘤引起咽管閉塞，引致耳塞、耳鳴、聽覺減弱，通常是單邊性的。

診斷方法

早期的鼻咽癌治療率可達九成。鼻咽癌的診斷方法有以下三種，醫生會根據個別病人的情況而建議一種或數種診斷方法。

- 血液測試：血液中EB病毒抗體或DNA指數測試，能幫助找出鼻咽癌高危病人，但這種方法並不是百分之百準確。
- 鼻咽檢視及活組織樣本化驗：直接檢視鼻咽及於可疑處拿取活組織化驗是最準確的方法，通常會利用內視鏡作窺查。
- 造影：電腦掃描、磁力共振或正電子掃描是目前有效診斷及確認鼻咽癌的方法。

