



健康管理及慢病防控系列报道之七十九

# 眩晕:是耳中“石头”惹的祸?

□ 本报记者 李颖

最近一段时间,50多岁的郝阿姨睡觉时经常犯头晕,只要身体偏向一侧,立即出现几秒钟的天旋地转,伴随恶心、呕吐,但神智清醒,奇怪的是,正着身子十来秒就不晕了。家里人怀疑是脑血管疾病,把她带到医院做了颅脑CT、MRA、PET等,都没查出问题。医生确诊郝阿姨所患的疾病为“耳石症”。郝阿姨和家人感到非常困惑,耳朵里面怎会有石头?耳朵里面的石头掉了为什么会引起头晕?

觉细胞聚集区——囊斑,囊斑表面有一层耳石膜,耳石膜上粘附着许多碳酸钙样的结晶,即为耳石——“就像一块蛋糕上涂着奶油,奶油上又撒满了巧克力豆,那么这些奶油就如耳石膜,巧克力豆就像耳石。”

那么耳石脱落为什么会引起眩晕呢?龚树生教授说,正常情况下耳石是附着于耳石膜上的,当一些原因导致耳石脱落,这些脱离的耳石就会在内耳内淋巴的液体里游动,当人体头位变化时,这些耳石就会随着液体流动而运动,从而刺激半规管毛细胞,导致眩晕,眩晕的时间一般较短,往往少于一分钟。这种症状的出现常与位置变化有关,故表现为阵发性,这就是“良性阵发性位置性眩晕”。

龚树生教授告诉记者,当耳石症患者头位位置改变后数秒,眩晕的症状即会出现,特点多为持续渐强、渐弱、短暂、可逆等,而且躺着、坐着均有可能发生。“治疗方法主要就是耳石复位,让患者躺下后,通过改变其头部位置,让其内耳半规管的空间位置变化,将掉落流动的耳石按原路返回,从半规管中将它领出来回到耳石器中,即可达到治疗的效果。”

“据统计,70%—80%的眩晕由耳源性疾病导致,其中耳石症是最常见的原因之一。”在接受科技日报记者采访时,北京同仁医院耳鼻喉头颈外科副主任、耳鼻喉科专家龚树生教授介绍说,当人头部受到外伤或其他原因,内耳的半规管内会产生一些细小耳石,这些耳石随身体或头部位置改变,在半规管内滚动,极短时间内引发眩晕。耳石症患者常在起床坐起、睡觉躺下或半夜向一侧翻身时,突然出现剧烈的天旋地转,往往还伴有恶心、呕吐等症状,严重者做抬头、弯腰等动作时,也会诱发眩晕。

龚树生教授提醒说,耳石症是内耳疾病,发病时会给患者带来巨大的痛苦和不便,特别是冬天雪大路滑,行走时出现眩晕就会潜藏很大危险。所以当出现短暂的突发的位置性眩晕的时候,应该尽早就诊以解除病痛。

### 眩晕应先看耳鼻喉科

耳石症是种常见疾病,但临床上却极易误诊。许多患者辗转于神经内科、心血管科、五官科、骨科等多个科室,被误诊也是五花八门。有的认为是供血不足、心肌

缺血;有的认为是颈椎病、椎基底动脉供血不足;也有的被认为是梅尼埃病。

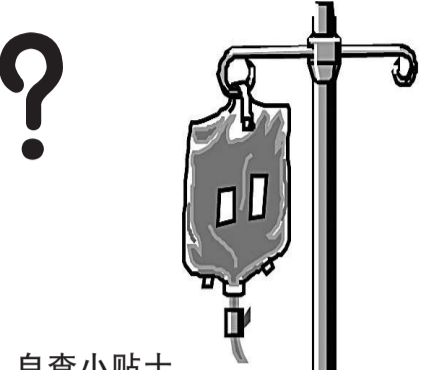
头晕到底该看什么科?“我建议大家可以先看耳鼻喉科,因为耳石症导致的头晕非常常见,鉴别也很容易。”龚树生教授说,不少患者,都是提着一袋子的检查单子过来的,有一名老大伯已经头晕三年了,一直找不到原因。

那么,在生活中要怎样判断是否得了耳石症?龚树生教授说,关键是看头晕的时候有没有觉得“天旋地转”,如果感到周边的东西都在转或上下左右摆动,并且意识是清醒的,就有可能。那么,在生活中要怎样判断是否得了耳石症?龚树生教授说,关键是看头晕的时候有没有觉得“天旋地转”,如果感到周边的东西都在转或上下左右摆动,并且意识是清醒的,就有可能。

“治疗‘耳石症’不需服药,而是手法复位。”龚树生教授透露,如果是可以接受手法复位治疗,很快就会好转。医生根据患者受累部位的不同,通过改变患者头部位置,让脱落的“耳石”重新回到原来的地方,使它不能再刺激神经末梢,自然也就不会头晕了。“此外,治疗后患者须保持侧卧位一周,同时避免剧烈活动。”

### 女性发病率多于男性

“耳石症多见于40—60岁人群,且女性多于男性,尤其是处于更年期的女性更易患耳石症。”龚树生教授解释说,50岁以上的女性,大多数都绝经了,因为体内雌激素的减少,引发骨质疏松,以碳酸钙结晶为主要成分的耳石就容易脱落。在耳石症的发病人群中,女性患者是男性患者的2倍。



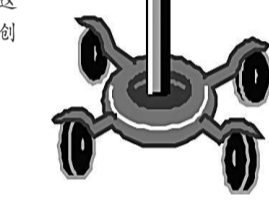
### 自查小贴士

突然头晕:症状发生常与某种头位或体位活动有关,眩晕则常持续60秒之内,可伴恶心及呕吐。

出现眼震:坐位突然站立时可能出现一种旋转性的短暂的眼球震动,左耳向下时眼震为顺时针方向,右耳向下时为逆时针方向,眼震持续过程中,先是迅速增强,其后逐渐减弱,当从卧位回至坐位时,出现一种方向相反的短暂低速度眼震。

病程长达数年:可为数小时至数周,个别可达数月或数年。眩晕可周期性加重或缓解,严重者于头轻微活动时即出现眩晕,间歇期可无任何不适,或有头晕、眩晕发作后可有较长时间的头重脚轻及漂浮感。

如果仍无法鉴别,不妨到医院做变位试验或者眼震电图就能明确了,这两个检查都是无创的。



专家提醒

## 癫痫病患者逾七成未获正规治疗

科技日报 (记者李颖)“中国内地约有900万左右的癫痫患者,其中约有70%以上的患者没有得到合理有效的治疗。同时,由于边远农村地区诊疗水平有限,癫痫病患者存在很大缺口。”中国抗癫痫协会会长李世坤在“抗癫痫·西部行”公益活动启动仪式上表示。

“在中国,癫痫已经成为神经科最常见的疾病之一。”中国抗癫痫协会青年委员会主任委员、北京大学第一医院儿科主任姜玉武教授介绍说,根据中国最新流行病学资料显示,国内癫痫的总体患病率为千分之七,据此估计中国约有900万癫痫患者,其中600万是活动性癫痫患者,同时每年新增加患者约40万。由于人们对癫痫缺乏正确认识,加上医疗资源匮乏和分布不均,中国900万癫痫患者中,有40.6%未治疗,35.4%的患者治疗不正规。

缺口”的原因。

为提高癫痫病的诊疗水平,中国抗癫痫协会青年委员会发起为期3年的“抗癫痫·西部行”公益活动。活动选择贵州遵义、青海西宁、江西井冈山、四川蓬溪县、甘肃静宁县和内蒙古自治区牙克石市6个地区作为帮扶基地。中国抗癫痫协会青年委员会将派出专家工作组培训当地神经科医生,并定期在当地举行义诊活动,推广癫痫的正确诊断与治疗方法。

在今后的三年时间里,80名中青年医疗骨干将在6个地区为癫痫患者进行义诊和咨询,预计诊疗患者将达500人次,并培训近百名当地骨干医生;另外,还将在这6个地区建立帮扶基地,定期在当地举行义诊活动。

主办方表示,希望通过推广癫痫的正确诊断与治疗,共同克服

癫痫病诊疗中存在的问题,

使更多贫困的西部边远地区癫痫患者得到有效治疗。同时,为提升西部地区癫痫诊疗水平和促进中心城市与基层医疗机构的学术交流探索新的模式。



行业播报

## 1/3 成年人需降压

科技日报 (于娜)“在中国高血压教育与管理计划(简称CHEMP-3R工程)”启动仪式上透露,目前我国成年人1/3患有高血压,2010年中国成年人中高血压患病率高达33.5%,估计患病人数达3.3亿,约45万人直接死于高血压,直接经济负担超过660亿元,一个病占了我国卫生总费用的3.4%。

2010版最新《中国高血压防治指南》指出:对比1991年和2002年全国调查数据,10年间高血压患者的知晓率由26.3%提高到了30.2%,治疗率由12.1%提高到24.7%,控制率由2.8%提高到6.1%。也就是说,大约70%高血压患者不知晓自己患有高血压,75%高血压患者不治疗,94%高血压患者虽然治疗了,但病情没有得到有效控制。而在“全国高血压社区规范化管理”项目管理的50万例社区高血压患者中,管理满1年的患者的血压控制率可达到70%。可见,高血压教育和管理非常有效!

为进一步促进全国高血压防治工作,卫生部医药卫生科技发展研究中心充分发挥其卫生科教方面的职能优势,借鉴国内外成功经验,发起并主办了CHEMP-3R工程,拟联合中华医学学会心血管病学分会等机构的专家资源优势,建立专科科研与教育基地,并依托基地开展多中心临床研究与教育协作,向基层推广高血压规范化诊疗与管理综合防治技术,推行个体化诊疗新防治技术,促进专业队伍、学科水平和服务能力建设,力求提高全国大众的高血压知晓率、治疗率和控制率,不再让高血压“高高在上”,要让高血压“低头”,切实造福全国大众。

据悉,CHEMP-3R工程是一项全国性大型长期系统民生工程。这项工作主要目标和考核评价指标是希望能将高血压控制率从目前的总体上6.1%提高到70%,这无疑将对普遍提高全国人民的健康水平具有非常重要的现实意义。



快讯

## 天安医院为疑难病患者募捐

科技日报 (记者朱莉)8月18日,由中华中医药学会主办、北京天安中医医院协办的“全国疑难病中西医结合临床诊疗学术峰会”在京举行。会议以“弘扬国粹,继承传统,中西医结合”为主题,围绕中西医结合治疗疑难病进行了全面交流与深入探讨。

与会专家表示,疑难病一般是指在诊疗中,病因复杂未明、诊断难以统一、医治难度较大的一类疾病。治疗各类疑难病,中西医结合具有较好的效果。中西医结合治疗疑难病,主要是辨病与辨证相结合,将中药与西医有机结合起来更好地治疗各种疾病,扬长避短,发挥两者各自的特长,产生协同优势。北京天安中医医院在继承

传统中医的基础上,开拓创新,将中药与西医有机结合用于疑难病的诊治。医院组织全院专家总结多年中西医临床治疗经验,创造出“三镜一丝”技术、氩离子导入疗法、CZB聚焦超声技术、SX生物基因接插四联疗法等一系列疗法,治疗多种疑难疾病,疗效显著,受到了与会代表的肯定。北京天安中医医院还启动了“健康中国梦·天安中医院公益援助行动”,捐款500万用于“健康中国梦·天安中医院公益援助行动”首笔资金,北京天安中医医院的专家们也进行了募捐活动,让正在与病痛抗争或正逐渐失去治疗信心的疑难病患者感受到了社会的温暖,并重新点燃了希望,树立起了坚定的康复信心。

## 望京医院获全国病理切片比赛三等奖

科技日报 (秦秋 记者罗朝淑)在国家卫计委病理质控评价中心与中华医学会病理学分会技术学组联袂主办的2013年全国病理切片比赛中,中国中医科学院望京医院病理科荣获三等奖,实现了中医系统在该项赛事中零的突破。

在深化医药卫生体制改革中,提高中医医疗服务水平已经成为所有中医医疗机构的紧迫课题。中国中医科学院望京医院很早就意识到,切实提高中医医疗服务水平,除了相应的硬件建设及专家等一线医护人员培养,辅助科室的建设同样不可忽视,其中直接决定诊断结果的病理科更是重中之重。近年来,望京医院依托北京地区雄厚的医疗资源,采取请进来和送出去的办法,委托协和医院代培病理技术人才,此次获奖的朱宏伟就是全国优秀病理技术专家

王德田的弟子。

除了中医医院加强辅助科室建设,北京市中医管理局也在加强辅助科室的建设和监管力度,目前已经相继成立了病理、检验、放射、药房、院感、新技术、护理等10个质量控制中心,以规范相关领域的专业工作,提高业务水平,为医院提高医疗服务质量提供坚实的基础。望京医院院长朱立国及党委书记程爱华表示,这次获奖是望京医院的一个新起点,不仅是望京医院的骄傲,也是中国中医科学院乃至整个中医药系统的骄傲。在继承发扬中医简便验廉传统优势的同时,在其他诊断技能方面与西医医院相比也要毫不逊色,这样才能切实提高中医医院的医疗服务水平,为构建社会主义和谐社会做出更大贡献。

