

儿童睡眠打鼾不是“睡得香”

可能是阻塞性睡眠呼吸暂停的信号



YMG全媒体记者 刘晋
通讯员 李成修 王婧
摄影报道

舒服的睡眠是自然给予人类的温柔呵护,然而许多家长常误将孩子夜间打鼾当作“睡得香”的表现。记者带着问题咨询烟台毓璜顶医院耳鼻咽喉头颈外科副主任陈秀梅时,她提醒,这很可能是儿童阻塞性睡眠呼吸暂停(OSA)的征兆,是一种需要要及时关注的睡眠障碍疾病。

儿童阻塞性睡眠呼吸暂停,是指在睡眠中因上气道频繁发生部分或完全阻塞,从而干扰正常呼吸与睡眠结构的疾病。据统计,其发病率约为5%。主要病因常与腺样体、扁桃体肥大有关,此外肥胖、颌面



发育异常等因素也可能导致。若未能及时诊治,不仅可能引起颌面变形(就是医生常说的“腺样体面容”),生长发育迟缓,还可能影响孩子的行为与认知能力,甚至对心血管和内分泌系统造成长期影响。

“家长若发现孩子每周打鼾超过3晚,并伴有张口呼吸、睡眠中憋气、躁动不安,或白天出现嗜睡、注意力不集中、多动等情况,年幼儿童还可能出现遗尿或频繁夜醒,应尽快带孩子就医。”陈秀梅表示,医生通常会通过体格检查、内窥镜或影像学方法评估上气道状况,必要时进行多导睡眠监测以明确诊断。

“症状较轻的患儿可以使用鼻喷激素等药物控制,而由腺样体或扁桃体肥大引起的则可考虑手术切除。”陈秀梅告诉记者,不少家长关心手术

的安全性及对免疫力的影响。“目前医院普遍采用的低温等离子手术技术,具有出血少、组织损伤小、疼痛轻等优点。研究也表明,扁桃体切除后短期内免疫指标或有波动,但通常在三个月左右可恢复至术前水平,长期来看与正常人群无显著差异。”



据了解,毓璜顶医院耳鼻咽喉头颈外科睡眠诊疗中心在儿童及成人睡眠呼吸障碍领域具备丰富的诊疗经验,每年完成相关手术近12000例,能够为不同情况的患儿提供系统、规范的个体化诊疗,帮助孩子恢复顺畅呼吸、重获健康睡眠。

AI胶囊内镜 助力无痛胃检

吞下一粒无色无味的胶囊,约8分钟后,患者即可完成胃部检查,医生将信息导入系统后,3分钟可生成一份详细智能报告。传统胃部检查因插管易导致恶心、呕吐等不良反应,许多人对此有排斥心理。从价格昂贵到降价,由手动到全自动化操作,胃检技术的迭代升级让优质医疗惠及更多患者。随着医疗技术的进步, AI胶囊内镜的应用让无痛胃检不再是“奢望”。

“智能模块化磁控胶囊内镜(AI胶囊内镜)系统,可以实现全自动检查、阅片,并形成报告。”安翰科技(武汉)股份有限公司市场总监涂超说,在一些县级医疗机构,产品也已得到应用。

据介绍,该产品主要由胶囊内窥镜和检查设备组成:内窥镜是一颗长约2.5厘米、直径不足1厘米,形似药丸的胶囊,内设灯泡与附带无线发射器的微型摄像头。患者吞下后,医生一键开启自动检查模式,检查设备控制胶囊内窥镜在患者胃内运动,拍摄胃部图片发送至控制系统,并出具检查报告。检查结束后,胶囊将进入肠道,随人体代谢排出体外。

“磁控胶囊胃镜无痛、无创、无麻醉,对患者来说是个新选择。”华中科技大学同济医学院附属同济医院消化科主任医师刘梅说。

记者了解到,在费用方面,患者使用AI胶囊内镜系统的价格已从最初的4000至5000元,下降到2000元以下,未来有望惠及更多患者。据新华社

糖尿病视网膜病变悄然年轻化 爱尔眼科构建全周期眼健康防线

26岁的小周(化姓)没有想到,刚刚确诊糖尿病一年,眼睛健康就受到了威胁,被确诊为双眼糖尿病性视网膜病变伴左眼玻璃体积血。“才26岁,眼睛就有糖尿病并发症了么,这可怎么办?”在烟台爱尔眼科医院,小周和家人焦急地询问着。

小周的经历并非个例。数据显示,我国糖尿病患者总数已达1.48亿,位居全球首位。这意味着,约每10人中就有1人受到糖尿病困扰。其中,糖尿病视网膜病变(简称“糖网”)作为最常见的并发症之一,若未及时干预,将带来不可逆的视力损伤。

糖网成工作年龄人群不可逆致盲首因 防控形势严峻

更令人担忧的是,糖尿病发病呈现年轻化趋势。数据显示,18至29岁人群的糖尿病患病率已达2%,30至39岁人群则升至6.3%。约每3名糖尿病患者中,就有1人会发生糖网。

“这与年轻人生活习惯密切相关。”烟台爱尔眼科医院眼底病科副主任牟玲玲指出。以小周为例,他日常爱喝饮料、啤酒,几乎每日都要喝一两瓶,即便确诊糖尿病后也未加节制,持续高血糖最终导致严重眼底病变。

牟玲玲强调,糖网早期症状不明显,患者可能仅仅感觉到视力轻微下降或偶

有飞蚊现象,易被忽视或误认为近视、老花等,从而错过最佳干预时机。一旦发展到后期,可能出现视力骤降、视物模糊变形,此时眼底往往已发生不可逆损伤。

糖网因其高致盲性和视力损伤不可逆,被世界卫生组织认定为工作年龄人群首位不可逆致盲眼病。研究表明,糖尿病患者失明风险是正常人的25倍。然而,许多年轻患者对病情浑然不觉,直至视力严重受损才意识到糖尿病对眼健康的严重威胁。

近200家专病门诊 打造“4道防线+4重保障” 全周期管理体系

流行病学调查显示,超过50%的糖尿病患者未被告知需定期进行眼底检查,近70%未接受规范眼科治疗,约90%需激光治疗的糖网患者未得到及时干预。这成为我国糖尿病致盲率高企的重要原因。

“糖尿病眼病诊疗亟需规范化、系统化。”牟玲玲表示。基于此,爱尔眼科在全国各地成立了200余家糖尿病眼病门诊和糖尿病眼病患者管理门诊,构建起“4道防线+4重保障”全周期眼健康管理服务体系。

具体来说,4道防线涵盖“早预防、早发现、早诊断、早治疗”:通过全国眼底病专家科普团提升公众意识;利用AI眼底

照相实现快速、精准的眼底筛查;依托专家会诊、巡诊及疑难眼病转诊绿色通道,确保患者及时获得治疗。

在4重保障方面,爱尔眼科汇聚800余名眼底病专科医生,配备与国际同步的检查治疗设备,依托分级诊疗、疑难会诊等平台,提供高质量规范诊疗。同时,为患者建立眼健康档案,实现眼健康状况动态追踪与长期管理。

破解治疗依从难题 注药流程提速至4小时内

在糖网造成的多种视力损害中,糖尿病性黄斑水肿是一个尤为隐匿的“视力杀手”,它会直接导致中心视力的丧失。眼内注药是国内外指南推荐的主流治疗方案,能有效减轻水肿、抑制新生血管,从而改善视力。

然而,该疗法需长期规律注射,治疗周期长、频次高,成为患者依从性的“绊脚石”。近半数患者在第一年内难以坚持,导致病情反复。“多次就诊不便、缺乏提醒错过复诊、流程繁琐耗时长,是患者中断治疗的主因。”牟玲玲表示。

为此,爱尔眼科在全国建立了近200家眼内注药中心,全面优化流程、提升效率,将患者注药诊疗时间缩短至4小时内,复查时间压缩至2小时以内,显著提升治疗便捷性与依从性。此外,通过定期回访

与复诊提醒,有效避免患者因忘记复诊而影响疗效。

响应“健康中国”战略 AI助力基层眼底筛查

糖尿病眼病的防控已上升至国家公共卫生战略层面。《“十四五”全国眼健康规划(2021-2025年)》明确将眼底病纳入重点病种,强调提升早筛早治能力,完善慢病管理模式。

为推动防控“关口前移、重心下沉”,爱尔眼科自2020年起在全国投入400余台搭载AI算法的眼底相机,进驻超1000家基层公共卫生服务中心,累计完成眼底拍片120万余张,成功帮助10万余患者发现了眼部疾病,让糖尿病患者在“家门口”即可享受高质量筛查服务。

牟玲玲提醒:“糖尿病病程超过10年的患者,糖网发生率高达60%-70%。我们建议患者在确诊糖尿病的第一时间进行眼底检查,并且每年至少复查一次。”

值此世界防治糖尿病日,爱尔眼科连续第六年开展“糖尿病眼病关爱月”活动,并持续建设糖尿病眼病门诊与眼内注药中心,守护糖尿病患者全生命周期眼健康。未来,爱尔眼科将继续秉承“使所有人,无论贫穷富裕,都享有眼健康的权利”的使命,依托“1+8+N”眼科医疗服务网络,助力实现“健康中国”战略目标。 (李林)