

<<漫谈感官世界-耳鼻咽喉头颈外科>>

图书基本信息

书名：<<漫谈感官世界-耳鼻咽喉头颈外科>>

13位ISBN编号：9787504661685

10位ISBN编号：7504661686

出版时间：2012-8

出版时间：中国科学技术出版社

作者：单希征

页数：248

字数：200000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## 前言

健康是人类的基本需要，人人都希望身心健康。

世界卫生组织公布的数据表明，人的健康和寿命状况40%取决于客观环境因素。

60%取决于人体自身因素。

长期以来，人们把有无疾病作为健康的标准。

这个单一的健康观念仅关注疾病的治疗，而忽视了疾病的预防，是一种片面的健康观。

在我国，人口老龄化及较低的健康素养教育水平，构成了居民疾病转型的内在因素，慢性非传染性疾病已经成为危害人民健康的主要公共卫生问题，其发病率一直呈现明显上升趋势。

据统计，在我国每年约1000万例各种因素导致的死亡中，以心血管疾病、糖尿病、慢性阻塞性肺病和癌症为主的慢性病所占比例已超过80%，已成为中国民众健康的“头号杀手”。

慢性病不仅严重影响社会劳动力的发展，而且已经成为导致“看病贵”、“看病难”的主要原因，由慢性病引起的经济负担对我国社会经济的和谐发展形成越来越沉重的压力，考验着我国的医疗卫生体制改革。

从某种层面理解，作为一门生命科学，医学是一门让人遗憾的学科，大多数疾病按现有的医学水平是无法治愈的。

作为医生该如何减少这样的困境和尴尬？

怎样才能让广大普通老百姓摆脱疾病、阻断或延缓亚健康而真正享受健康的生活？

众所周知，国家的繁荣昌盛，离不开高素质的国民，离不开科学精神的漫染；同样，医学科学的进步和疾病预防意识的提升，需要从提高民众的医学科普素质入手。

当前，我国民众疾病预防意识平均高度在世界同等国家范围内处于一个较低水平，据卫生部2010年调查结果显示，我国居民健康素养水平仅为6.48%，其中居民慢性病预防素养最低，在20个集团国中排名居后。

因此，我们作为卫生管理者、医务工作者，应该努力提高广大民众的医学科学素养，让老百姓懂得疾病的规律。

熟悉自我管理疾病的知识，掌握改变生活方式的技巧，促进和提高自我管理疾病的能力，逐步增强疾病预防的意识，这或许是解决我国医疗卫生体系现在所面临困境的一种很好的方式。

中华医学会科学普及分会主任委员郑静晨院士领衔主编的《人生必须知道的健康知识科普系列丛书》，正是本着这样的原则，集诸多临床专家之经验，耗时数载，几易其稿，最终编写而成的。

这套医学科普图书具有可读性、趣味性和实用性，有其鲜明的特点：一是文字通俗易懂、言简意赅。

采取图文并茂、有问有答的形式，避免了生涩的专业术语和难解的“医言医语”；二是科学分类、脉络清晰，归纳了专家经验集锦、锦囊妙计和肺腑之言，回答了医学“是什么？

”“为什么？

”“干什么？

”等问题；三是采取便于读者查阅的方式，使其能够及时学习和了解有关医学基本知识，做到开卷有益。

我相信，在不远的将来，随着社会经济的进步，全国人民将逐步达到一个“人人掌握医学科普知识，人人享受健康生活”的幸福的新阶段！

中央保健委员会副主任 卫生部副部长 中国医院协会会长 黄洁夫 二 一二年七月十六日

## <<漫谈感官世界-耳鼻咽喉头颈外科>>

### 内容概要

耳鼻咽喉是人体中相对微小的器官，殊不知小器官大功能。

《耳鼻咽喉头颈外科(漫谈感官世界)》(作者单希征、孙勃)以问题和回答的形式解疑了广大朋友最关心和最苦恼的问题；《耳鼻咽喉头颈外科(漫谈感官世界)》以生动的语言介绍了这些小器官的大奥秘。

其中不再眩晕篇首次详细介绍了眩晕性疾病及其中医养生和食疗方法，开卷有益。

#### 作者简介

单希征，男，汉族，1957年4月生，1983年毕业于第四军医大学，毕业后一直师从全国著名的耳鼻咽喉科专家汪磊教授，并曾在德国维尔茨堡大学和波鸿大学耳鼻咽喉头颈外科学学习。曾任全军耳鼻喉科中心副主任，现任武警总医院耳鼻咽喉头颈外科主任，主任医师，教授，硕士研究生导师，武警部队耳鼻咽喉头颈外科专业学术委员会主任委员。享受全军优秀科技人才特殊津贴。

<<漫谈感官世界-耳鼻咽喉头颈外科>>

书籍目录

耳——听风篇

基础知识

耳的构成

人是怎样听到声音的

小耳朵大功能

什么是鼓膜，它有什么功能

听骨链是怎么回事

什么叫耳咽管，它有什么用

常用的听力检查有哪些，意义何在

耳朵与维持平衡有关吗

耳朵是如何维持平衡的呢

人到老年为什么会“失聪”

小儿保肺

婴幼儿应采取何种姿势哺乳以防耳病

婴幼儿急性中耳炎有什么表现

油耳屎是病吗

如何清洁宝宝的耳朵

婴儿抓耳朵警惕外耳道湿疹

“拴马桩”与“耳前仓”真是有福气吗

新生儿听力筛查没通过怎么办

耳聋会遗传吗

哪些传染病可以引起儿童耳聋

小耳畸形什么时候接受手术为宜

生活常识

游泳时应怎样保护耳朵

为什么擤鼻方法不正确也可导致中耳炎

耳朵里怎么会有水

外耳道进异物怎么办

怎样使用滴耳药

鼓膜外伤如何处理

为什么说挖耳是个坏习惯

为什么坐飞机耳朵会难受

哪些药物会导致听力损害

耳朵也会中毒吗

常见症状

耳朵痛是怎么回事

几种常见耳痛的特点

耳朵为什么会流水

耳朵为什么会流脓

耳朵痒是怎么回事

中耳炎概念是什么，常见的有几种

治疗中耳炎，只要吃消炎药就可以了

有不化脓的中耳炎吗

胆脂瘤是怎么回事

鼓膜穿孔了能愈合吗

<<漫谈感官世界-耳鼻咽喉头颈外科>>

为什么会突然听力下降，突发性耳聋是由什么原因引起的

听力下降应该如何预防

过度使用耳机可能影响您的听力

老年性耳聋的治疗原则

耳朵上也会长疱疹吗

耳朵会长哪些良性肿瘤

耳朵会长哪些恶性肿瘤

口角歪斜与耳朵有关吗

眩晕为什么要到耳鼻喉科就诊

耳鸣——畅听篇

耳鸣话古今

耳鸣是常见症状

耳鸣的机制及成因

耳鸣与幻听如何区别

耳鸣的分类

耳鸣者听力会下降吗

耳鸣与眩晕有关吗

儿童是否有耳鸣之虞

老年人与耳鸣

耳鸣与慢性疼痛

从精神心理学角度认识耳鸣

耳鸣患者需要做哪些检查

耳鸣严重程度评估指标及评分标准

发生耳鸣怎么办

耳鸣鸣起的疾病警钟

如何治疗耳鸣

简便方法治疗耳鸣

中耳炎手术可以完全恢复听力并消除耳鸣吗

耳鸣患者应如何护耳

及早诊治耳鸣有助于康复

中医治疗耳鸣

耳鸣都有什么危害

耳鸣患者应注意的饮食事项

鼻——闻香篇

基础知识

你知道鼻子的结构吗

鼻窦的结构是怎样的

小鼻子大功能

鼻炎分为急性与慢性两大类

鼻窦炎的分类

鼻窦炎多有哪些表现呢

特别关爱

儿童鼻子不通气是怎么回事

小儿频繁鼻出血怎么办

小儿打喷嚏、流鼻涕一定是感冒吗

孩子鼻音重是怎么回事

孩子往鼻子里塞了东西怎么办

<<漫谈感官世界-耳鼻咽喉头颈外科>>

为什么妊娠期妇女容易鼻塞

生活常识

怎样擤鼻效果好

挖鼻子是坏习惯

“一把鼻涕一把泪”是如何形成的

长期在空调房间工作容易得鼻炎吗

为什么受凉后鼻尖会变红

滥用滴鼻药水害处多

鼻子上的疖子可以挤吗，鼻毛能拔吗

鼻子穴位按摩益处多

激素类滴鼻液会不会有不良反应

隆鼻有害吗

常见症状

鼻子不通气是怎么回事

成人鼻子不通气是怎么回事

鼻子不通气有哪些病

流鼻涕是怎么回事

为什么有时候是清鼻涕，有时候是脓鼻涕

鼻内结痂是什么原因

为什么总打喷嚏

频繁打喷嚏谨防过敏性鼻炎

有鼻腔干燥感怎么办

擤鼻涕带血丝怎么办

鼻子流血怎么办

鼻涕倒流(后鼻溢液)有哪些疾病

鼻子里有异味怎么办

有些气味闻不到，可能有哪些病

为什么别人闻不到的气味我却能闻到

有人在没有气味的环境中嗅到气味，这是怎么回事

嗅到臭气是怎么回事

头痛还要看鼻科吗

鼻痒可能有哪些病

鼻子痛是怎么回事

鼻子痛有哪些病

视力障碍与鼻科有关吗

说话时声音很沉闷，总让人感到我鼻子不通气，这是怎么回事

小孩说话口齿不清，很难听，也难怪，有点像鸭子叫，这是病吗

鼻子里会长哪些良性肿瘤

鼻子里会长哪些恶性肿瘤

头颅CT显示上颌窦有囊肿，要不要手术

鼻子里总是有腥味，有时有黑色块物经口吐出

这是什么病啊

左鼻腔底部长了个包，也不疼，从嘴下也能摸得到，怎么办

头颅CT显示额窦长了个骨瘤，要不要手术

鼻根部左侧胀痛，偶有胶冻样物吐出，这是怎么回事

鼻旁有个小孔，总是流水，还有臭味，有四年多了，手术切除

又复发了，怎么办

<<漫谈感官世界-耳鼻咽喉头颈外科>>

小孩有三个鼻孔，怎么办

鼻子流清水，当低头、咳嗽或打喷嚏时鼻流水更多，是什么原因

鼻根部红肿，也不痛，有时流少量液体结痂，有问题吗

实面外伤后，鼻子总流清水是什么原因

患者男性，27岁，近来感冒，之后感觉左鼻翼有发木感，左鼻腔通气不畅，怎么办

鼻翼旁可见一小硬结节，如豌豆大，不红不痛，逐渐形成溃疡，偶有出血，怎么办

过敏性鼻炎有遗传倾向吗

搬了新家为何却住不得

宠物爱好者的苦恼

日常生活中变应性鼻炎患者应该注意些什么

常见的过敏原有哪些

我还能养花吗

哪些绿色植物适合家养

我再也不能吃海鲜了吗

变应性鼻炎患者如何安全度过妊娠期

症状很像过敏性鼻炎，但找不到过敏原，怎么办

每逢鼻炎发作时，我就服苯海拉明或马来酸氯苯(扑尔敏)，症状是好多了，但就是服后想睡觉。

请问，有啥好办法

我的过敏性鼻炎一年四季都要发作，听医生说，长期使用类

固醇药物喷鼻可以减轻症状，但我有点担心，长期使用激素会

不会有不良反应

过敏性鼻炎治疗的新突破——聚焦超声技术

什么是腺样体

什么是扁桃体

咽部是如何与鼻、耳、口、喉食管相通的

人是怎样发声的

人是怎样吞咽食物的

什么是呼吸暂停低通气综合征

生活常识

唱歌后声音嘶哑怎么办

为什么喝酒后嗓子会很难受

吸烟对咽喉有哪些危害

什么是口臭，口臭与咽炎有关吗

如何正确发音

喉结是男人的特征吗

如何正确使用润喉片

为什么鼻子滴药水嗓子会变苦

打呼噜是病吗

胖人为什么容易打呼噜

怎么注意咽喉部卫生

咽喉不适，宜食哪些食品

小儿保健

小儿睡觉为什么也会打呼噜

小儿急性咽喉炎为什么会有生命危险

什么是变声期，如何保护儿童嗓音

小儿嗓子卡东西怎么办

儿童口吃怎么办



<<漫谈感官世界-耳鼻咽喉头颈外科>>

孩子爱“清嗓子”是病吗

常见症状

嗓子里老感觉有东西怎么办

为什么刷牙时会恶心、干呕

哪些人容易咽部不适

嗓子干怎么办

嗓子痒怎么办

嗓子痛怎么办

患有干咳怎么办

声音嘶哑怎么办

痰中带血丝是怎么回事

呼吸困难怎么办

吞咽困难怎么办

男性女调、女性男调怎么办

饮食反流怎么办

吃饭易呛咳是病吗

扁桃体发炎会引起。

肾炎吗

反复发热、咽痛要切扁桃体吗

咽喉肿痛为什么也会危及生命

咽喉有异物怎么办

气管与支气管有异物怎么办

食管有异物怎么办

咽喉部有哪些良性肿瘤

咽喉部有哪些恶性肿瘤

预防保健

加强体育锻炼防止咽喉病

中药是保护嗓子的好帮手

头颈——颈颈有条

颈部肿物

颈部肿块有哪些

颈部肿块的“80%规律”和“七字律”是怎么回事

为什么要十分警惕颈部肿块

颈部先天性肿块包括哪些

颈部炎症性肿块包括哪些

颈部良性肿块包括哪些

恶性淋巴瘤引起的颈部肿块有什么特点

颈淋巴结清扫术的分类及颈清扫术分类

颈部转移性癌肿块有哪些特点

甲状腺疾病

甲状腺是一个什么样的腺体

什么是甲状腺激素，它的功能是什么

甲状旁腺的位置和生理作用如何

甲状舌管囊肿怎么治疗，它与甲状腺有关吗

甲状腺会出现急性化脓性炎症吗

甲状腺肿大有哪几种类型

感冒受凉后出现甲状腺局部肿大疼痛是怎么回事

<<漫谈感官世界-耳鼻咽喉头颈外科>>

甲状腺的慢性炎症包括哪些疾病  
什么是甲状腺功能减退症  
桥本氏甲状腺炎是怎么引起甲减的  
桥本氏甲状腺炎需要手术治疗吗  
结节性甲状腺肿需要手术治疗吗  
甲状腺恶性肿瘤有哪些  
如何判断甲状腺肿瘤良性和恶性  
甲状腺癌是由什么原因引起的  
甲状腺癌的分类有哪些  
甲状腺癌的手术方式有哪些  
甲状腺癌能进行放射性核素治疗吗  
甲状腺癌术后需要复诊吗, 怎样随访复诊  
影响甲状腺癌预后的危险因素有哪些  
甲状腺术后声嘶的原因有哪些  
甲状腺癌术后会引起甲状腺功能低下吗  
甲状腺疾病的诊断方法有哪些  
甲状腺疾病患者怎样服用甲状腺素  
甲状腺手术危险吗, 会引起哪些并发症  
甲状腺疾病的饮食要注意哪些

鼻咽癌  
什么是鼻咽癌  
为什么反复出现涕中带血, 要警惕鼻咽癌  
为什么要警惕单侧耳鸣和耳闷  
出现哪些信号时应该警惕鼻咽癌  
鼻咽癌的病因有哪些  
鼻咽癌的检查方法有哪些  
鼻咽癌的组织学类型怎么分, 预后如何  
为什么鼻咽癌首选放疗  
鼻咽癌能手术治疗吗  
鼻咽癌放疗后引起放射性黏膜炎怎样进行保健  
怎样预防鼻咽癌

不再眩晕  
基础知识  
什么是眩晕  
怎么区分头晕、眩晕和晕厥  
为什么会眩晕  
常见的引起眩晕的疾病有哪些, 如何区分  
眩晕对身体危害大吗, 发生眩晕应就诊哪些科  
为什么眩晕要及时到耳鼻喉科就诊

临床诊断  
发生眩晕后, 需要向医生提供哪些信息  
眩晕应该做哪些检查  
什么叫眼震, 它有什么临床意义  
常用的听力学检查包括哪些  
常用的前庭功能专科检查包括哪些  
SRM—IV型全自动良性阵发性位置性眩晕诊疗系统  
是怎样进行检查的

<<漫谈感官世界-耳鼻咽喉头颈外科>>

哪些人需要做前庭功能检查

前庭功能检查有没有禁忌证

临床治疗

良性阵发性位置性眩晕

什么是良性阵发性位置性眩晕

良性阵发性位置性眩晕临床特点有哪些

良性阵发性位置性眩晕的治疗和预后怎样

良性阵发性位置性眩晕有哪些复位治疗方法

BPPV的习服练习是怎样做的

复位后有哪些注意事项，复位后还会复发吗

梅尼埃病

什么是梅尼埃病

梅尼埃病名称的由来

梅尼埃病的诊断依据是什么

梅尼埃病发作时有哪些典型症状

梅尼埃病剧烈发作是否会危及生命

梅尼埃病应该做哪些检查

发作期的梅尼埃病患者有哪些注意事项

如何有效治疗梅尼埃病

突发性聋

什么是突发性聋

突发性聋的病因是什么

突发性聋有哪些特点

突发性聋为什么会伴随眩晕

突发性聋的诊断依据是什么

突发性聋治疗方案和原则有哪些

突发性聋的预后怎么样

突发性聋怎样预防与调养

前庭神经元炎

什么是前庭神经元炎

前庭神经元炎的发病机理是什么

前庭神经元炎有哪些临床表现

前庭神经元炎有哪些治疗措施

前庭康复训练包括哪些

后循环缺血

什么是后循环缺血

后循环缺血的病因和发病机制是什么

后循环缺血有什么临床表现

确诊循环缺血后需要做哪些检查

后循环缺血有哪些危险因素

颈椎骨质增生是不是后循环缺血的主要原因

后循环缺血应该看哪一科

短暂性脑缺血发作

什么是短暂性脑缺血发作

哪些病可以引起TIA发作

TIA有哪些临床特征

TIA的预后如何

<<漫谈感官世界-耳鼻咽喉头颈外科>>

TIA的治疗方案

眩晕的中医治疗和养生

眩晕的中医药治疗

眩晕患者如何养生

眩晕症有哪些常用的中医食疗方法

附录：访谈

近乎2 / 3的眩晕症病根藏在耳朵里

目标：不再眩晕——记武警总医院耳鼻咽喉头颈外科主任、中美

眩晕病研究所所长单希征

中美技术合作眩晕病研究所简介

## 章节摘录

防止噪声刺激爆震声和长时间的噪声接触，均能导致听力下降和耳鸣产生。

工作在高强度噪声环境中的人，要注意噪声防护，如减少噪声源或佩戴防护耳罩、耳塞等。

劳逸适度，避免精神紧张和过度疲劳当长期处于精神高度紧张和身体疲劳状态时，易使耳鸣加重，因此应适当调节工作节奏，放松心情，转移对耳鸣的注意力。

慎用药物耳鸣患者由于其他疾病就诊时，请不要忘记告诉您的接诊医师，您已患有耳鸣。因为某些药物会使您已有的耳鸣症状加剧。

戒除不良习惯咖啡因和酒精可使耳鸣加重；吸烟可以使血氧含量下降，因此，建议耳鸣者戒烟戒酒。

防治耳鸣，要加强锻炼，增强体质、保持情绪稳定与精神愉悦，避免过度劳累，节制房事、忌烟酒。

在治疗上由于病因复杂，要根据不同病因，积极治疗引起耳鸣的全身性疾病，药毒性耳鸣，要立即停用与耳鸣有关的药物，脱离噪声环境等。

耳鸣和其他疾病一样，早期诊治有助于病情好转和康复。

因为耳鸣常先于其他症状之前，这无疑是一种“警报”，如氨基糖甙类抗生素的耳毒性往往先出现耳鸣，继而听力减退，当发生耳鸣时应立即停药；贫血、高血压的病人出现耳鸣或耳鸣加重，表明病情在进一步恶化，应引起警惕；长期在噪声环境下工作者，出现耳鸣，则应考虑调换工作环境。

有些耳鸣早期明确病因如盯聆栓塞、分泌性中耳炎等，即可采取相应治疗措施，耳鸣也会随之消失。

但有部分耳鸣患者，虽经各种检查，仍难于确定病因。

如何对症下药轻松远离耳鸣？

一是戴助听器。

这种方法特别适用于既有耳鸣，又有听力下降的人。

助听器不仅可以提高听力，也可以把环境中的噪声放大，这样就掩蔽了耳鸣的声音。

但是这种方法对那些只在夜深人静时才感到耳鸣的人不大适用。

二是在睡眠时用一台调频(FM)收音机，将收音机调到两个电台之间的位置上，它会发出丝丝之声来掩蔽耳鸣。

第三种方法是买一个专用的耳鸣掩蔽器。

这种小仪器可以发出与耳鸣相近的窄带噪声；掩蔽声强弱可以自己调节。

第四，中老年人的搏动性耳鸣，可以按压颈总动脉观察耳鸣是否消失。

如果耳鸣与颈部血管有关，则应注意排除血管硬化和高血压等血管性相关因素。

也可以试用扩张血管药物和降低血脂的药物。

怎样用中药治疗耳鸣耳鸣与耳聋多共同治疗。

耳鸣如雷声伴有头痛眩晕、口苦咽干、面红耳赤者，可用龙胆泻肝汤加石菖蒲；耳鸣如蝉鸣不止。

或“呼呼”作响伴有头昏沉重、胸腔满闷者，用二陈汤或清气化痰丸；对蝉鸣日久、声音尖弱、昼夜不息、夜间加重伴有腰膝酸软者用耳聋左慈丸治疗。

老年性耳鸣和耳聋一般是不可逆的，尤其已经到80岁高龄，中医认为肾气衰微，但可以改善耳鸣的程度。

建议老人的治疗可采用针灸治疗，逐步减少西药。

中医认为，肾开窍于耳。

精力的耗损，过度的疲劳，是造成耳鸣的重要原因。

中年人或工作负担重，或精力不足，应注意调节生活节奏，避免过度劳累和精神紧张。

耳鸣患者也可以在医师指导下试用益精补肾和抗衰老的药物。

针灸治疗耳鸣 1)取穴：耳门、听宫、听会、翳风、中诸、外关、阳陵泉、足三里、三阴交，每次2~3穴。

老人用补法。

2)耳针：取耳、肝、肾、神门，留针15—20分钟。

<<漫谈感官世界-耳鼻咽喉头颈外科>>

3)穴位注射：听穴、翳风、完骨等注入药液，如当归注射液、丹参注射液。  
每次2毫升，隔日一次。

按摩可缓解耳鸣症状 1)分搓耳前后：具体方法是将双手分别放在两耳根部，食指和中指分开置于耳朵前后，中指在耳前，食指在耳后。

然后从耳垂开始，夹持耳朵向上推动，注意有一定的力度，并且紧贴耳廓，直到耳尖。

这样来回分搓，每天50次。

由于在人体耳廓前后尤其是耳前，有耳门、听宫、听会等重要穴位，这样的分搓，可以疏通经脉的经气，达到清耳窍的目的。

2)点揉翳风穴：翳风穴位于耳垂后方的凹陷处。

按摩时，可以将双手置于头部。

拇指指尖按在翳风穴，其他四指分散地放在耳朵上方，起一个稳定作用。

然后拇指用力对凹陷进行点按，直到能感觉出酸胀感。

这样每天可以点按数次，也可以点揉3分钟。

对于明目、清窍都有很好的效果。

按摩可缓解耳鸣症状。

3)鸣天鼓：鸣天鼓是中医推拿的特色手法，具体操作是首先将两手掌用力相搓，使掌心产生一定的热量，然后用两手掌分别按于两耳，掌心对准耳道，手指贴于后枕部。

两掌轻轻用力，对两耳作缓慢的重按，再缓缓地放开。

这样可以反复操作数次，中间还可用置于后方的拇指加点风池穴数次。

风池位于后颈部，枕骨下的凹陷中，与耳垂齐平。

P59-61

编辑推荐

中华医学会科学普及分会主任委员郑静晨院士领衔主编的《人生必须知道的健康知识科普系列丛书》集诸多临床专家之经验，耗时数载，几易其稿，最终编写而成的。

这套医学科普图书具有可读性、趣味性和实用性，有其鲜明的特点。

这本《耳鼻咽喉头颈外科(漫谈感官世界)》(作者单希征、孙勃)是其中一册。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>