

警惕“不能呼吸的痛”

近日，一位26岁的年轻姑娘因为吃火锅后嗓子疼，从就诊到去世仅10分钟而上了微博热搜。到底是什么原因导致一个年轻生命在短时间内消逝？医生检查后判断夺命的“凶手”是急性会厌炎。这种“要命”的咽痛，其实离我们很近！

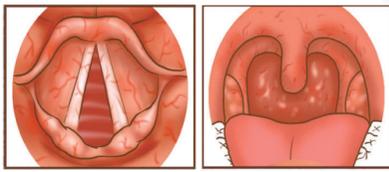
吞不下、“大舌头”原来是咽喉在求救

几日前，29岁的王先生前往余杭区第二人民医院耳鼻喉科就诊。“医生，我嗓子痛了两天，吃饭也痛，吞不下去，早晨起来感觉喘气都困难。”接诊的耳鼻喉科副主任医师安冉还发现此时王先生说话已经有些“大舌头”了，说几个字就得歇一口气。

检查发现，王先生的会厌肿胀呈半球型，体积超过原来的4到5倍，几乎要盖着声门，也就是说肿大的会厌快把重要气道给阻塞了，造成呼吸困

难。安冉当机立断，立即给予输液减轻水肿等紧急处理。约1小时后，王先生“间歇性停顿”的说话状态有了明显好转，呼吸也没那么急促了。

“如果会厌完全盖住了声门，情况就危险了。”安冉解释，幸亏王先生来得及时，再晚半小时，后果就不堪设想。其实这种事情在门诊经常遇到，尤其是一些年轻患者，以为嗓子痛都是小毛病，不重视就会延误病情，甚至出现严重的后果。



会厌在哪儿？

急性会厌炎不分年龄、性别，而且一部分人可能会反复发作。那么大家可能会问，会厌是啥？它长在什么地方？

“会厌位于咽部，在口腔舌根部后方，是一块类似树叶形状的软骨，覆盖有黏膜。会厌对我们人体非常重要，是呼吸和吞咽的‘开关’。”洛阳市中心医院耳鼻喉科副主任张杨说，当我们说话或呼吸时，会厌张开，使喉腔开放，而在吃饭吞咽东西时，会厌则像门一样盖住气管，不让食物和液体进入气管。

“急性会厌炎在我们耳鼻喉科并不少见，是比较危险的急症之一。”张杨说，急性会厌炎是指会厌及其周围组织的急性炎症性病变，会厌高度水肿，导致急性喉梗阻，如果不及时救治会导致窒息，引发生命危险。

医生自述“生死三小时”

那个26岁的姑娘不幸离世的事，让赵勇回想起4年前那场经历，他既是医生，也是急性会厌炎的亲历者。

我是一名眼科医生，那天，我原计划早上自驾去外地参加会诊，凌晨5点多，突然被嗓子剧烈疼痛惊醒。虽然知道急性会厌炎这个病，但当时我没多想，以为是上火了，就起床吃了点儿去火药。当时，我还没有吞咽困难的感觉，就是嗓子非常疼，坐立不安。

7点，爱人发现我不对劲，建议我去耳鼻喉科做雾化缓解，我听从了她的建议。到医院耳鼻喉科门诊途中，我开始有喘的感觉，呼吸很费劲。进了诊室，我跟同事简单说明情况后，他立即带我去了

病房，先注射了地塞米松，但症状没有缓解，呼吸更急促了，觉得嗓子被东西堵住了，憋着喘不过来气，我下意识地去找脖子上的皮，濒死感让我极度恐惧。8点40分，医生、护士跑到我身边时，我已经说不出话，用手在脖子上比画着，希望他们赶紧把我的气管切开。然后，我一头栽倒在地，失去了意识。

等我再醒过来时，已是第二天凌晨5点，我躺在重症监护室，气管被切开了。那一刻，我知道自己劫后重生了。出院后，我无数次回想起那天的经历，后怕不已，如果当时我没有听从爱人的建议去医院，如果当时我强忍嗓子疼去外地，我的生命可能就停止了……

吃火锅喝冷饮真的很危险吗

近期“吃火锅喝冷饮，小心急性会厌炎。”这个话题也受到了很多人的关注，有不少人认为热搜中不幸逝世的姑娘是因为吃火锅后喝了冷饮才导致的急性会厌炎。

吃火锅喝冷饮真的这么危险吗？长江航运总医院呼吸与危重症医学科医生王萍指出，吃火锅时，因热损伤导致会厌高度肿胀、喉部入口处或声门处明显缩小，进而引发患者出现吸气性呼吸困难，此时，若再饮用冷饮，会加重会厌部的炎症反应，导致局部肿胀进一步加剧，从而引起气道阻塞的进一步加重，直至气道

完全阻塞而出现窒息死亡。

王萍提醒，急性会厌炎是临床常见的急重症之一，因病情发展极快，可在短时间内出现急性喉梗阻、危及生命，尤其早春、秋末发病人数增多，主要表现为会厌的急性水肿伴蜂窝织炎性变，可形成会厌脓肿。

急性会厌炎按临床类型分为渐进型（缓慢型）和速发型（暴发型），速发型在病程早期因会厌部高度肿胀即可出现呼吸道阻塞而导致窒息，若抢救不及时，病死率极高，多在起病后3至12小时内发生。

认识

如何辨认急性会厌炎

急性会厌炎表现为急性喉痛、吞咽困难、呼吸困难的急性喉痛、咽部检查无特殊病变发现，应考虑本病，病情严重患者可能会完全无法呼吸而死亡。

全身症状

病情重的患者可能会出现发热（37.5-39.5℃），少数患者体温超过40℃，伴发寒颤、头痛、无力、食欲减退等症状。

一般儿童病情会进程迅速，表现为无精打采，体力虚弱、四肢发冷、脸色苍白、脉搏细弱、血压下降、皮肤黏膜发绀，甚至出现休克。

局部症状

咽喉疼痛

咽喉疼痛剧烈并呈进行性加重，伴有明显吞咽痛，严重时因脖子扭动可出现咽部剧烈疼痛。

吞咽困难

剧烈的吞咽痛影响吞咽功能，甚至唾液也难以咽下，出现饮水呛咳、张口流涎等表现。

发音含糊

会厌严重水肿者有咽喉阻塞感，语音含糊不清。

呼吸困难

当会厌高度肿胀，声门变小时，合并黏痰阻塞，可出现吸气性呼吸困难，伴有吸气性喉鸣，重症者呼吸困难出现早，进展迅速，数小时内可出现窒息。

武汉市普仁医院耳鼻喉科副主任医师罗轶介绍，正常的会厌为菲薄、弧形的片状软组织，舌面组织比较疏松，当发生感染时，更容易出现肿胀，因此病程早期会厌舌面肿胀增厚，呈苍白色或樱桃红色，如果在火锅、冷饮的刺激下发展得更为严重时，会厌可以肿大呈球形，呼吸道就会变得狭窄，严重时甚至被



好发人群

急性会厌炎病因明确，主要由感染、过敏、损伤、临近器官的炎症引起。以下为危险因素或诱因：

- 经常进食高温或刺激饮品，咽部经常受外伤或放射性照射；
- 免疫力低下；
- 全身过敏严重；
- 会厌处有脓包，或有异物生长并且引发感染；
- 各种创伤、刺激导致会厌黏膜的炎症改变，比如异物刺入、喉部外伤等；

- 临近器官的急性炎症：如急性扁桃体炎、咽炎、鼻炎等周围器官的急性炎症可以蔓延至会厌黏膜，引起水肿。也可继发于急性传染病后；
- 会厌囊肿：会厌黏膜黏液腺管受阻，黏液潴留导致会厌肿大，也会引起急性会厌炎。

如何自我防护

会厌炎大多数是由感染引起的，所以预防是关键。不想被它招惹上，大家日常生活中做到以下几点很重要。

- 重视咽喉疼痛；
- 警惕食物、药物的过敏；
- 加强锻炼，提高机体抵抗力；
- 糖尿病患者，积极控制血糖；
- 及时增减衣物，避免感冒；
- 鼻、扁桃体、咽喉不适需要尽快就诊，以免炎症蔓延；
- 保持口腔卫生，戒烟酒，不熬夜，养成良好生活习惯。

怎样急救

如果出现急性剧烈喉痛或任何提示有呼吸困难的表现，不要拖、不要扛，应立即去医院就诊！

及时呼救 出现呼吸困难、呼吸急促等状况时，及时拨打

120呼救。

维持有效的呼吸 立即清除口腔内的分泌物，就地取材使用导管类物质维持呼吸。

紧急使用药物 如果家里备有口服激素类药物，可以按照药物使用说明书口服激素类药物，可消除会厌黏膜水肿，改善

通气。

总之，虽然急性会厌炎不是一种常见的疾病，但它却是一种严重的病症，需要及时诊断和治疗。保持健康的生活方式，及时发现和及时治疗基础疾病是预防的关键。

温馨提示

急性会厌炎非常凶险，如何区别普通的“嗓子疼”和急性会厌炎。看看以下几点，有助尽早识别。

看部位

扁桃体炎一般是咽部疼痛，位置靠上。会厌炎的疼痛位置则靠下，痛感仿佛是从喉咙深处传来的。

咽炎常见疼痛部位是在硬腭、软腭、双侧扁桃体、悬雍垂、舌根、咽侧壁等部位，具体疼痛部位、严

重程度存在个体差异。

看症状

急性会厌炎起病很急，疼痛往往是突然出现，并且有吞咽困难、憋气、胸闷、声音嘶哑、呼吸急促等症状，也有嗓子被东西堵住的感觉。

咽炎以咽干发热、疼痛为主要症状，并且张嘴能发现咽壁黏膜充血、水肿、淋巴滤泡增生。

扁桃体炎则以嗓子痛和发烧（可达39-40℃）为主要症状，张嘴能见扁桃体充血、肿大以及有黄白脓点。

如何区分咽炎、扁桃体炎、急性会厌炎

注意其他病因

除了急性会厌炎，还有一些疾病也会导致急性喉梗阻，同样值得重视，比如急性喉炎、异物卡喉、咽喉部肿瘤等。尤其是急性喉炎，这个病孩子更多见，曾有孩子得了急性喉炎后呼吸困难，家长情急之下用铁勺去压孩子喉咙，结果导致水肿更严重，最终酿成悲剧。

出现急性喉梗阻后，千万不要用硬物去扎咽喉部，要立即就医，如果是异物卡喉导致的，可第一时间用海姆立克急救法进行急救。