

## 如鯁在喉－喉球症候群

[ 發表醫師 ] :黃啓原 醫師(耳鼻喉科)

[ 發布日期 ] :2006/2/15

有許多病人時常抱怨喉嚨內老是卡著一口痰，吞不下去也吐不出來，即便勉強咳吐，也清不乾淨。此類病人偶有胸口鬱悶或呼吸不順的感覺，但是日常飲食卻無甚大礙，吞嚥、咀嚼的功能完全不受影響。

喉球症候群為一種喉部異常感覺，在平時，特別是吞嚥口水時，症狀較為明顯，吃東西或是喝水時，反而感受不到有異物在喉的感覺。

引起喉球症的原因，一般可分為源自周圍環境對喉部之刺激所引發之慢性發炎反應，或是來自心理及情緒因素導致之喉部神經與肌肉緊張的結果。就所謂環境刺激而言大可分成內在刺激與外在刺激兩種，一般而言，喉咽部除了發聲功能之外，它還是一個重要的“交通要衝”，執掌通往鼻腔、口腔、食道及呼吸道四大門戶，平常一日在完全不進食之情況下，光來自鼻腔就有 3000~4500 cc 的“正常”黏液分泌，口腔中全有至少 5000 cc 的唾液，再加上約 100~200 cc 的氣管分泌物，這些全部要通過喉咽部，進入食道而在胃腸再吸收，如果再加上每日三餐或是傷風感冒、菸酒應酬，其“交通量”就更加嚴重了，上述的來源中即包括了引起喉球症之內在與外在刺激。

內在刺激，一般包括來自鼻腔或鼻咽部的刺激（如鼻竇炎、過敏性鼻炎），來自食道腸

胃的刺激（如慢性胃炎、逆流性食道炎）；來自氣管、肺部的刺激（如支氣管炎、急慢性肺炎），還有源自甲狀腺的直接壓迫感覺（如甲狀腺機能亢進、甲狀腺腫大）。

外在刺激則不外乎刺激性的飲食，如抽煙、喝酒或是來自居家與工作場所之空氣環境等等。

另外，個人的心理與情緒因素，尤其是經歷強烈情緒起伏或緊張壓力時，也可能刺激體內之交感神經而引起口乾舌燥，吞嚥不順的喉部緊張，甚至波及呼吸，導致胸口壓迫或呼吸不順的情形。

在診斷方面，由於喉球症病人，可能在一般耳鼻喉的理學檢查上，沒有顯著異常，因此應詳細詢問病史以及檢視其可能發生之內、外在環境因素或個人情緒狀況，先排除喉咽部以外之疾病或腫瘤之可能，再進行詳細之喉咽部檢查。

近來由於醫療科技日新月異，以往用來檢視喉咽部病灶的內視鏡影像，透過同步傳輸與影像儲存功能，不僅可供醫療人員判讀外，還可將畫面呈現在病人眼前，使病人有“身歷其境”的感受，縮短醫病溝通的時間與距離，更有助病人瞭解本身之病情。

在治療方面，應該針對引起喉球症候群之所有內在與外在刺激因素逐一處理，包括可能之鼻部疾病、消化道疾病或是肺部疾病等等。此外，也要建議病人養成良好之生活習慣，戒除菸酒、放鬆心情、保持充足睡眠以及減少刺激性的飲食，若病情需要時，可給予情緒或肌肉放鬆劑，或是懷疑病人有胃食道逆流現象，亦可考慮給予抗逆流藥物及轉介腸胃科進一步治療。

註：本篇文章已刊於 自由時報

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。