

「刀片嗓」又来了

咳嗽、咽痛、呼吸困难……



“半夜突然嗓子疼，像小刀片拉嗓子一样，吃了药，嗓子好点了，但又开始整夜咳嗽！”“6月这波是什么病毒？一夜之间嗓子肿了，开始还以为是扁桃体发炎，然后就开始低烧，浑身没力气，嗓子肿得连水都咽不下去。”近日，记者观察到，不少市民抱怨“刀片嗓”再次肆虐，不仅成年人深受其害，家中的孩子也纷纷受到波及。一些人从喉咙痒逐渐发展到“刀片嗓”，另一些人则伴随着咽痛和高烧，半夜咳醒，难以入睡。那么，咳嗽患者为何增多？如何预防与治疗？记者采访了自治区人民医院呼吸与危重症医学科主治医师索朗德吉。

文/图 记者 权文娟



自治区人民医院呼吸科大厅挂号排队的患者。

咳嗽、咽痛 呼吸科单日接诊100人

6月18日下午，自治区人民医院呼吸科候诊大厅内，咳嗽声此起彼伏。有的患者紧紧捂着口罩，有的患者焦急地盯着叫号屏幕，期盼着医生能尽快“解除”他们的病痛。“次旦央吉，请到17号诊室就诊。”随着导诊台语音提示响起，患者们陆续进入诊室。

“我最开始只是嗓子轻微发痒，但现在吞口水像‘吞刀片’一样痛，开始还以为是扁桃体发炎，可紧接着就开始低烧，浑身没力气，夜深人静时常常咳醒，辗转反侧无法入睡，实在是苦不堪言。”前来就诊的次旦央吉告诉医生。

据了解，人们常说的“刀片嗓”其实是急性咽炎的一个表现，主要由病毒和细菌感染引起，当咽喉部受到病原体的侵犯，会导致炎症反应，表现为喉咙疼痛、声音嘶哑、咳嗽等症状。炎症反应的轻重程度因人而异，有的时候仅表现为黏膜的充血水肿，而有些人则可能出现化脓性炎症，即化脓性扁桃体炎，这也是嗓子痛的一大诱因。

“目前，我们呼吸科单日接诊量为100人，就诊人数较之前有所增加。从症状看，绝大多数患者还是普通的上呼吸道感染，也就是常见的鼻病毒、腺病毒这些感冒病毒。大部分患者表现为咳嗽、咳痰、咽部不适，有些还出现了‘刀片嗓’、呼吸困难、胸闷等反应，很多患者是在家吃药或到诊所就诊并未缓解，才来就医的。同时，甲型和乙型流感病毒感染患者数量也呈上升趋势。”自治区人民医院呼吸与危重症医学科主治医师索朗德吉说。

尽管当前并非呼吸道感染的高发季节，但许多人仍然遭受咳嗽或嗓子痛的困扰。除了病毒或细菌感染的可能性，过敏也是一个不容忽视的诱因。“许多人可能因过敏反应而持续咳嗽，这种咳嗽多为干咳，且在接触冷空气等刺激性物质时症状会加剧；患有鼻炎等鼻腔问题的人群，可能会因为鼻腔分泌物倒流至咽喉部而引发刺激性

咳嗽。”索朗德吉说，对于持续时间长且伴随发热等症状的咳嗽，建议及时就医，“此外，气温的快速变化和不当的衣物增减，以及频繁使用风扇、空调等设备，都可能增加上呼吸道感染的概率。”

缓解“刀片嗓” 切忌盲目使用润喉糖

记者了解到，鼻病毒、腺病毒作为最常见的上呼吸道感染病毒，绝大多数都是通过呼吸道传播。目前，自治区人民医院采用的病毒六项检测方法，通过咽拭子采样，能够判断患者感染的病毒类型。除了病毒筛查，医院还会进行血液检查，以进一步确定病因，根据不同的感染类型，制定不同的治疗方案，确保用药的针对性和有效性。

针对如何缓解“刀片嗓”，索朗德吉给出了以下建议：使用盐水漱口可以起到局部消炎的作用；对于疼痛特别剧烈的患者，可尝试用冰水进行局部降温，有助于缓解黏膜充血和水肿；另外，利用水蒸气进行局部的湿化也是一个有效的方法。

索朗德吉提醒，大部分上呼吸道感染在7-10天内可自愈，因此，患者在感染期间应保持充足的休息，避免辛辣食物，同时适当增加饮水量，以缓解症状。若症状持续或加重，应及时就医，避免病情加剧。此外，在呼吸道感染高发期，无论成人还是儿童，前往人流量密集的地方都应佩戴口罩，注意日常勤洗手、加强通风。

此外，值得注意的是，被“刀片嗓”折磨时，许多人会选择润喉糖作为救命稻草，然而润喉糖并非人人适用，盲目使用可能适得其反。“商店里销售的固体糖片，以糖或调味剂为基底，加入香料，虽有润喉效果，但糖分含量高，会对口腔和咽部产生负面影响，干燥性咽炎、萎缩性咽炎、痰多的患者吃这类润喉糖会加重不适和口渴。同时，润喉糖中的成分如薄荷，可能引发刺激性咳嗽，特别是在过敏性咳嗽的情况下，因此应谨慎选择。相比之下，中药茶饮如菊花、胖大海等泡水饮用，可能是一个更为安全有效的选

择，大家可以根据自己的体质服用中药茶饮，缓解和预防不适。”索朗德吉说。

有窒息风险 “刀片嗓”应警惕急性会厌炎

对于出现“刀片嗓”症状的患者，若伴随呼吸困难，可能预示一种更为严重的情况——“急性会厌炎”，此病有可能导致瞬间“封喉”，引发窒息风险。

会厌是喉部的一块重要软骨组织，是咽喉要道的守护关卡。在吞咽食物时，它如同一个灵活的盖子，遮蔽咽喉入口，防止食物误入喉腔和气管，从而避免呛咳。然而，当会厌感染发炎时，其正常功能将受到影响。会厌的肿胀会阻碍其正常摆动，无法形成保护呼吸道的“盖子”。若肿胀严重，会厌甚至可能变形为球状，导致气道完全或部分封闭，进而引发呼吸困难，乃至窒息。索朗德吉强调，咽喉痛通常不会影响呼吸，也不会产生呼吸道阻塞的症状。但急性会厌炎伴有喉部异物感和梗阻感，当患者出现明显的呼吸费力、吞咽困难、胸闷、憋气等感觉时，应高度警惕，并及时就医。

同时，我们必须认识到，当人体被病毒感染并出现发烧、“刀片嗓”等症状时，这些病毒已通过呼吸道黏膜进入血液，并在体内广泛传播。即使症状完全消失，病毒仍可能在体内持续存在。对于免疫功能正常的人，病毒可能被迅速清除，而对于免疫功能低下的人，病毒的清除速度可能较慢。“因此，我们必须正视病毒性感冒的严重性。它并非人们普遍认为的那样，可以在一周内自愈或仅需简单扛一扛就能好转。病毒性感冒对机体的影响是持续且严重的。一旦感染病毒并出现感冒症状，我们应在最短时间内确诊感染类型，并尽早使用抗病毒药物。抗病毒治疗的最佳时间窗口很短，因此在感染后的24小时内尽早使用抗病毒药物会更为有效，不仅可以缩短病毒在体内存在的时间，还可以减少病毒对机体的影响，使症状缓解得更快。”索朗德吉说。

“佳禾·阳光绿洲一期”交房公告

尊敬的“佳禾·阳光绿洲一期”业主：

感谢您对“佳禾·阳光绿洲一期”项目的支持及对我司的信任，我司定于2024年6月29日至2024年7月5日办理交房手续，您可于此期间前来办理。

一、为保证顺利交房，请您携带以下证件：

1. 身份证原件，结婚证原件、户口簿原件(若业主是未成年人的监护人带上户口簿)；
2. 银行卡原件、复印件及开户行(身份证和银行卡复印在一张A4纸上)；
3. 收据原件；
4. 西藏自治区商品房(预售)买卖合同原件；
5. 如业主本人不能亲临现场办理交房手续，可委托他人代为办理交房手续，受托人除需携带上述1-4项的资料外，还需带上经公证处公证的《业主授权委托书》原件，受托人携带本人身

份证原件。

在此期间，交房时间为：
上午10:00—13:00，下午14:00—18:00

二、交房时需缴纳以下费用：

1. 购房差价款：根据实测面积与合同记载面积之间的差异多退少补；
2. 产权工本费：住宅80元/套，商业550元/套；
3. 公共维修基金：住宅5元/平方米，商业10元/平方米；
4. 契税：合同签订日期在2021年9月1日当日及之后日期需缴纳。(税务局收取该费用)；
5. 物业费：住宅及商铺物业费根据房屋实测面积进行缴纳，车位服务费，按照双方签订的合同《补充协议》及《前期物业服务协议》向物业公司缴纳，生活垃圾清理费由物业进行代收。

三、交房地址及咨询热线：

1. 交房地址：佳禾·阳光绿洲一期小区(拉萨市达孜区德庆镇桑珠林村/拉萨市达孜区G318与林拉公路交叉口东北方向115米)；

2. 咨询热线：08916902755、08916630111。

四、温馨提示

如截止2024年7月5日您仍未办理交房手续的，我司将视为您已接收房屋，我司已按合同约定完成交付，房屋相关风险即相应转移，您将自2024年7月6日起承担房屋的物业费等相关费用，请您留意，以免延误时间给您经济权益带来影响。

西藏佳禾地产全体员工真挚欢迎您回家！

西藏佳禾房地产开发有限公司达孜分公司
2024年6月25日