

如有睡眠窒息，翌日或會造成喉嚨不適。

「當我們排除了上呼吸道感染引起的喉嚨痛原因後，就要向以下幾個範疇追查。長期喉嚨痛最常見的原因，其中一個是鼻敏感引起的鼻水倒流，鼻水倒流會引起喉嚨不舒服，像有東西棘住的感覺，但不是痛楚，有病人會覺得這種不適感覺是痛楚，因而誤以為是喉嚨痛。」

細心追查 分析線索

「第二個常見原因，是嚴重的胃酸倒流，會引起喉嚨灼痛；第三是甲狀腺炎，甲狀腺是頸部一個呈蝴蝶形的腺體，與喉嚨很近，甲狀腺炎患者喉嚨有痛痛吔的感覺。」李醫生解釋。

然而一本通書無法睇到老，醫生必須細心了解及詳細分析，不放過任何一個線索，才能找出問題根源，例如李醫生見過一位

喉嚨痛足

三個月

▼ 李俊傑醫生指出，喉嚨痛背後原因多樣化，有時夾雜其他病徵，故必須詳加分析才能找到源頭。



像有條繩帶從下巴圍着頭顱一腹瀉外，還有頭痛，那種痛楚

在早期診斷出來。

「我當時除了喉嚨痛及

另外有時頸椎的痛楚會放射到頸前，令病人誤以為是喉嚨痛，有時病人或因緊張致喉嚨組織繃緊，都會引致喉嚨痛，故在診斷上的每一個細節都必須留意，才能及早找出元兇。像徐小姐的喉嚨痛，最初就因病徵多樣而擾亂視線，致無法

病徵複雜 擾亂視線

即時轉介他見心臟科醫生作詳細檢查。

另外他亦見過有病人指走路時突然覺得喉嚨痛，停下來休息一會又消失，令人摸不着頭腦，後來經他詳加查問下，才知道那是由心口發出來的痛楚放射到喉嚨，他馬上安排病人進行靜止心電圖檢查，發現心臟缺血現象，

肥胖男病人投訴長期喉嚨痛，經了解後懷疑與睡眠窒息症有關，「這類病人晚上睡眠時會鼻塞，鼻塞時會轉用口呼吸，睡醒後的他覺得喉嚨好乾、好痛，他不知道這種不適，原來是睡眠的八小時內都用口呼吸所致。」



從

來沒想過這輕微的喉嚨不適，會是噩夢的

開始——

「我記得當時是○三年復活節前後，喉嚨痛一直未好過，醫生也見過好多個，吃了藥有時紓緩了痛楚，但未幾又痛過……而這喉嚨痛的兩、三個月內，我體重由原來的一百一十磅，跌至只得九十一、二磅，朋友都說我瘦得像條柴！」徐小姐說。

為何喉嚨痛會引致體重下降？為何喉嚨痛會痛幾個月？這段如噩夢般的日子，徐小姐如今回想起來只覺無助，由於病發時適值沙士疫潮，進出醫院檢查都有染病危機，最慘是醫來醫去都找不到源頭，結果在生理和心理同時飽受壓力下，身體更見虛弱。

喉痛特徵助追兇

「其實我當時情況比較複雜，在喉嚨痛的時候，腸胃也不適，經常肚瀉，加上胃口不佳，可能因此令體重下降也說不定，所以見過的幾名醫生，都沒想過我喉嚨痛和體重下降，可能是由同一源頭引發，直至到養和見到李醫生……」徐小姐說。

喉嚨痛是最尋常不過的病徵，

它就如頭痛或咳嗽一樣，

一年總會探望你三幾次。

然而，當喉嚨痛這位老友記到訪一星期、

兩星期甚至一個月都不走，

你不禁狐疑，它真是喉嚨痛這麼簡單嗎？

喉嚨痛不是病，

它只是一種病徵，

背後引發的原因多樣而複雜。

以下兩位喉嚨痛患者，

被喉嚨痛纏擾足足三個月，

見過耳鼻喉專科亦照過胃鏡都找不出原委……

養和醫院家庭醫學專科李俊傑醫生說：「喉嚨痛是一個徵狀，並非一個病，背後有好多原因，最常見是上呼吸道感染引起的喉嚨發炎，即傷風、感冒等。如喉嚨痛持續一段時間，一、兩個星期都未癒，就可能是其他問題引致。」

李醫生說，為了找出背後原因，他會先向病人查問痛楚特徵，例如只是輕微的不舒服？是痕癢？還是頂住的感覺。因為不同的喉嚨痛特徵，埋藏了不同的病源。

的典型病徵；而她的頭痛，亦是甲狀腺炎痛楚放射出來的後果。

找出真兇後，徐小姐接受藥物（消炎止痛藥、抑壓甲狀腺荷爾蒙分泌藥物）一星期，喉嚨痛已完全紓緩。然而甲狀腺未完全恢復功能，即工廠仍未恢復生產，故她體內的荷爾蒙未回復正常，所以治療期間她要定期驗血，直至體內荷爾蒙完全回到正常水平才能停藥。

緊張引發喉嚨腫痛

三十二歲的Simon兩年前同樣受過長期喉嚨痛折磨，他以為感冒未斷尾，同樣見了多名醫生，包括耳鼻喉專科及腸胃專科都找不出原委，最後李醫生發現他有輕微手震情況，安排驗血後才發現甲狀腺發炎，處方了消炎藥及抑壓荷爾蒙藥後漸漸康復過來。兩年後，Simon又再出現喉嚨痛，整整兩星期都未痊癒，這一次他很醒

頸椎痛楚，有時會反射到頸前部，令人誤以為是喉嚨痛。



▶壓力過大會影響晚上睡眠質素，有病人就因過度緊張而令喉嚨肌肉繃緊，引致喉嚨痛。



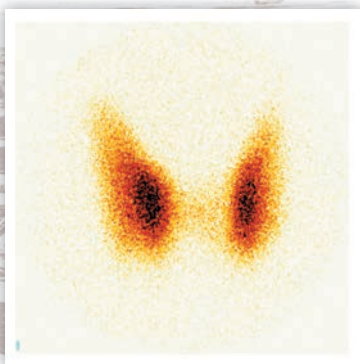
目，到養和醫院見李醫生時，一開始便說甲狀腺炎復發了！然而，這一次元兇不是甲狀腺。

「他的驗血結果沒有顯示身體有發炎情況，荷爾蒙分泌亦正常，之後在耳鼻喉專科醫生及腸胃專科檢查過都沒有發現異樣，最後我再細心查問，可能與他的緊張情緒有關。」李醫生說。

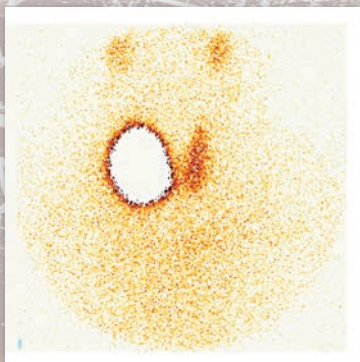
原來人在緊張時，喉嚨內的組織會不自覺的繃緊，繃緊持續就會引致腫脹，久而久之會形成不適或痛楚。這情況並不容易察覺，由於腫脹位置低，家庭醫生因儀器所限無法看到，轉介見耳鼻喉專科醫生時，亦可能因情況紓緩而未能及時找到真兇。

因情緒緊張而引致的喉嚨痛，醫生會處方鬆弛藥及鎮靜劑，不過李醫生提醒，因情緒緊張而引發的病徵，最重要是病人必須學懂放下壓力，才是真正治本之法。園

◀同位素檢視下的正常甲狀腺。



▲因甲狀腺發炎，完全失去功能的甲狀腺呈白色。



◀甲狀腺炎會先引發甲狀腺功能亢進，圖中患者右邊出現「甲亢」，左邊的卻失去功能（白色）。

圈，箍住我令我好痛好痛……」徐小姐說。

面對這位周身病痛的病人，初期的醫生束手無策，李俊傑醫生接手後，逐步釐清各種病徵，先由耳鼻喉專科檢查呼吸道，看是否有損傷或異物卡住，再由腸胃專科檢查消化道，看會否有胃酸倒流情況或胃部有任何細菌。

結果發現徐小姐有腸胃發炎情況，引致長期腹瀉；她又同時有輕微胃酸倒流，亦是引致喉嚨痛的其中一個原因。然而在各科醫生對症下藥，治好腸胃炎及胃酸倒流後，徐小姐的喉嚨痛仍未能止息。而且這解釋不了頭痛及短期內體重急降原因，幸李醫生已初步有頭緒，他安排當時身體十分虛弱的徐小姐入院檢查。

◀因心臟缺血是而出現的心絞痛，有機會令病人誤以為是喉嚨痛。但情況不常見。

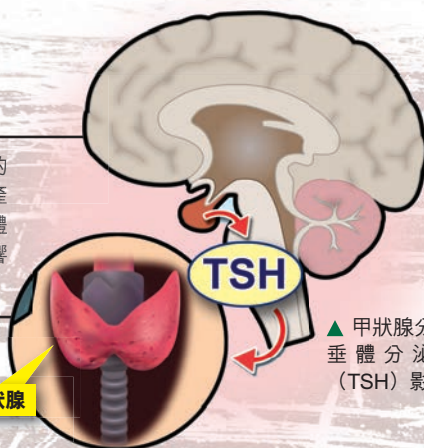


▶胃酸倒流或會有火燒心的感覺，有時會令患者誤以為是喉嚨痛。



解構甲狀腺

甲狀腺是位於頸前部的一個蝴蝶形腺體，主要生產甲狀腺素，調節體重、體溫、控制新陳代謝，可影響心臟、肌肉及骨骼組織。



▲甲狀腺分泌受腦下垂體分泌的激素（TSH）影響。

飽受煎熬前景灰暗

「那時我的狀態很差，晚上因喉嚨痛而睡不好，痛醒後又無法再入睡，翌日上班沒精神，加上始終未能找出病因，人生好像沒有希望似的，心情很灰。」徐小姐說。

原來李醫生在徐小姐求醫初期，已懷疑她的喉嚨痛可能與甲狀腺有關，但她沒有手震及凸眼這兩項特徵，於是暫放下這條線索。到後來所有可能性都查過，這個嫌疑犯成為最大疑兇。

徐小姐住院期間先後接受甲狀腺同位素掃描檢查，確定沒有腫瘤或結節，卻發現有發炎

情況，而在血液檢查中亦發現三碘甲狀腺素（T₃）及甲狀腺素T₄都過高，即有「甲狀腺功能亢進」，ESR血沉降率亦偏高，即身體正在對抗炎症。在多方面證據下，醫生終能確定，徐小姐的喉嚨痛是由甲狀腺炎引起。

真兇現形 甲狀腺炎

「甲狀腺就如身體的一間工廠，工廠生產甲狀腺素，平衡荷爾蒙，如今工廠發炎無法生產，首先會將存貨傾倒出來，所以我們會見到T₃及T₄過高；如果發炎情況一直持續，工廠貨倉空如也，隨後我們便會見到T₃及T₄下降。到出現第二階段的T₃、T₄下降時必須及時處理，否則病人會有死亡危機。」李醫生說。

折騰多月，最後真兇終於現形，原來她因甲狀腺發炎而誤以為是喉嚨痛，期間她體重急跌，相信是甲狀腺炎引致「甲亢」