



香港安醫院—荃灣耳鼻喉科顧問醫生 丁顯顯

早前韓國知名女歌手IU公開自己患上「耳咽管開放症」，導致耳朵十分不適，恐防會影響歌唱表現，令各地粉絲不禁憂心忡忡。其實IU所患的耳疾，是源於連接中耳至鼻咽的耳咽管發生較罕見的功能障礙，導致聽力被自己說話、吞嚥的回音影響，以及受耳鳴、耳痛所干擾。究竟除耳咽管開放症，耳咽管還會出現什麼功能障礙，影響耳道健康？香港安醫院—荃灣耳鼻喉科顧問醫生丁顯顯為大家拆解迷思。

耳咽管功能障礙 (Eustachian Tube Dysfunction, 簡稱ETD) 可分三類，包括耳咽管開放症 (Patulous ETD)、阻塞性耳咽管功能障礙 (Obstructive ETD)，以及因氣流或水壓所引致的耳咽管功能障礙 (Baro-challenge-induced ETD)，而IU所患屬於前者。當耳咽管的管口不正地持續打開，無法如常關閉，於是中耳與鼻咽出現空腔情況，並形成擴音般的共鳴效果，導致患者經常非常清楚地聽到自己說話、呼吸，吞嚥時的回音，甚至有個案更會聽到體內血液流動的共鳴聲，情況令人非常煩擾和不舒服。

臨床上，耳咽管開放症的常見高危因素是體重驟降使耳咽管脂肪流失太快，令管口變闊而長期打開；此外，有慢性鼻敏感、胃酸倒流或患上罕見的神經肌肉疾病，也容易患上此病。而阻塞性耳咽管功能障礙則與此症剛剛相反，它是因耳咽管的管口長期維持關閉，無論做任何嘴巴張開或吞嚥的動作均不能令管口打開，導致耳咽管無法如常清潔中耳和平衡耳內外的壓力，於是令耳內積聚液體及分泌物，並出現耳內悶塞、脹痛及出現耳鳴的症狀。至於因氣流或水壓所引致的耳咽管功能障礙，則只限處於飛機、較升降、上落高山時的氣流，或潛水時水壓急速變化，才出現以上因耳內外壓力不平衡而造成的不適症狀。

任何年齡 均有機會患上

任何年齡人士均有可能患上耳咽管功能障礙，雖然臨床上不少個案屬輕微，但要注意的是耳咽管閉塞的患者，由於中耳腔相對負壓，無法通氣，形成積液，所以不單止是兒童患者，連成年患者也比一般人容易併發急性中耳炎及滲出性中耳炎。因此，當耳痛、耳鳴、耳塞的症狀持續三數天或以上不能舒緩，應及早求醫找出病因。

醫生除了臨床問診、檢閱病史外，亦會用耳鏡檢查外耳道，以排除耳垢堵塞引發症狀，再觀察求診者的耳膜震動，大力吸氣時是否多了很多聲音，藉此幫助診斷是否患上耳咽管開放症。

懷疑耳咽管閉塞，亦可做耳咽管測試，當中包括檢查耳內負壓情況，以幫助評估耳咽管功能是否失常。另又或接受耳膜（耳鼓）檢查，確認是否有因為耳壓異常而變形、凹陷；此外，亦可按需要接受鼻咽內視鏡檢查，等醫生觀察鼻竇是否有炎症、耳咽管及周遭黏膜是否呈腫脹。尤其當求診者單邊耳有脹痛等不適，鼻咽內視鏡更可幫助確認是否由於受鼻咽腫瘤、或鼻息肉壓着而引致。

先找病因 洗鼻有療效

要治療耳咽管功能障礙，必須先針對致病成因。例如短時間內減重過度而患耳咽管開放症，一般只要適量增磅，多喝水，限制攝取咖啡因、有需要可適量使用通鼻噴劑，可自然痊癒。此外，有研究亦指出，洗鼻（鼻腔沖洗）亦可有效治理耳咽管開放症。

不過，當發現耳咽管管口周遭的肌肉過分萎縮，導致管口開得太大，醫生也會考慮為患者做填補，以令其較易閉合。此病通常可根治，康復時間視乎病因。

至於有鼻敏感而誘發耳咽管閉塞，須減低及避免接觸致敏原，服用適量抗敏藥物治理發作，並打流感針防流感，另亦可多做吞嚥動作幫助耳咽管管口打開。一旦耳咽管閉塞導致中耳積水，而藥物治療無效，便要接受小手術放走積水。若有疑問和不適，應盡快尋求醫生的幫助。

耳咽管開放症

受說話吞嚥回聲困擾

持續耳痛耳鳴速求醫

■IU早前自爆耳朵出現問題。lg圖片

耳咽管具三大功能

耳咽管是把中耳接通鼻咽的重要橋樑，可開合的管口就在鼻咽的側壁，大部分時間都是保持閉合，當打呵欠、吞嚥、說話時才會打開，以平衡中耳內的氣壓。其主要功能有三個，包括把中耳腔內多餘的耳腔黏膜黏液及分泌物排走、保持中耳通風、平衡中耳內外的壓力、幫助阻擋病原體入侵中耳腔，只要功能正常可幫助維持整體的耳腔健康及聽力，惟一旦患上耳咽管功能障礙，除了感耳痛、耳脹、耳鳴等惱人的不適之外，另或會因耳壓異常，而出現頭暈或身體平衡問題，且嚴重時中耳更有可能受感染。

耳悶感不適 紓緩小貼士

紓緩耳咽管開放症：可躺下或坐下，低頭並彎腰靠近膝蓋，可暫時緩解耳悶及聽不清楚的症狀。此外，稍為用力以鼻吸氣，也可幫助暫時平衡耳內氣壓，紓緩不適。

紓緩耳咽管閉塞症狀：採用「閻氏平壓」(Valsalva maneuver) 的呼吸方法，

手捏鼻孔，嘴巴閉合，像吹氣球般呼氣，以調節內耳壓力。注意呼氣時力度要輕，可重複多次，但患高血壓、或中風及心肌梗塞的高危人士不宜使用此方法。

■有感耳朵不適可以躺下身子緩解。



耳悶感不適 紓緩小貼士

耳咽管是把中耳接通鼻咽的重要橋樑，可開合的管口就在鼻咽的側壁，大部分時間都是保持閉合，當打呵欠、吞嚥、說話時才會打開，以平衡中耳內的氣壓。其主要功能有三個，包括把中耳腔內多餘的耳腔黏膜黏液及分泌物排走、保持中耳通風、平衡中耳內外的壓力、幫助阻擋病原體入侵中耳腔，只要功能正常可幫助維持整體的耳腔健康及聽力，惟一旦患上耳咽管功能障礙，除了感耳痛、耳脹、耳鳴等惱人的不適之外，另或會因耳壓異常，而出現頭暈或身體平衡問題，且嚴重時中耳更有可能受感染。

