

喉球症

您是否曾經感覺到喉嚨卡卡的像是有東西吞不下去？一開始大部分的人可能不以為意，覺得可能只是感冒，一旦時間拉長，不少人可能就不禁懷疑自己喉嚨是不是長了腫瘤，或是卡了雞骨頭或魚刺而緊張得四處求醫。通常經過診察，絕大多數的患者並不是真的長了腫瘤或是卡了異物，醫師往往會解釋，您的症狀是叫做喉球症或是慢性咽喉炎。在這裡我們來探討什麼是喉球症，其潛在原因、症狀、診斷以及治療的方法。

什麼是喉球症？

喉球症是指喉嚨有腫塊或緊繃的感覺，但沒有實際的物理阻塞。患有這種疾病的患者經常感覺喉嚨有東西卡住，雖然不是達到明顯疼痛的地步，也不會影響吞嚥，但持續的不適感及症狀無法緩解的焦慮可能對生活造成困擾。喉球症的主要症狀是喉嚨持續感覺有腫塊或異物。其他相關症狀可能包括：喉嚨不適或緊張感、頻繁吞嚥或清喉嚨以嘗試緩解感覺、極輕度的疼痛或刺痛、喉嚨乾燥或發癢。

重要的是，喉球症通常不會導致吞嚥時疼痛、明顯吞嚥困難或呼吸問題。如果出現這些症狀，可能表示存在不同的疾病，需要進一步評估。

喉球症的可能病因

喉球症的確切病因因人而異，可能是一種或多種原因造成的。然而，這種感覺通常與幾個因素有關：

1. 胃食道逆流：胃酸逆流會刺激喉嚨，導致有腫塊的感覺。胃酸也可能會損壞食道或喉嚨內壁，引起不適。
2. 鼻涕倒流的刺激：鼻竇炎或過敏性鼻炎引起的黏液倒流會導致喉嚨異物或阻塞的感覺。
3. 咽部或喉部疾病：咽部或喉部發炎的刺激可能導致喉球症。當然要注意的是，如果真的有咽部或喉部的腫瘤，確實也可能會有異物感。這點須仔細檢查加以排除。
4. 肌肉緊張和壓力：情緒壓力或焦慮會導致喉嚨肌肉緊張，這可能會導致有腫塊的感覺。
5. 食道運動障礙：影響食道運動的疾病，例如食道痙攣或吞嚥困

難，可以產生類似的感覺。

6. 身心症：在某些情況下，心理因素可能造成身體症狀，壓力或情緒因素可能會加劇這種感覺。

喉球症的評估診斷

診斷喉球症通常需要全面的病史和身體檢查。醫師經常進行以下評估：

1. 臨床問診及理學檢查：詳細的病史詢問並對咽喉進行理學檢查，以排除明顯的異常或腫瘤。
2. 內視鏡檢查：鼻咽纖維內視鏡及胃鏡可用於檢查咽喉和食道是否有發炎、病變或其他問題的跡象。
3. 影像學檢查：在某些情況下，影像學檢查（例如鋇劑吞嚥攝影或電腦斷層）可用於評估吞嚥功能及食道和周圍區域的結構。
4. 實驗室檢驗：如果懷疑有胃食道逆流或過敏等疾病，可能會進行抽血檢查或過敏檢驗。

治療方式

治療喉球症要有耐心，醫師會根據檢查找出可能的原因加以治療並

減輕症狀。治療方式可能包括：

1. 改變生活方式及飲食習慣：透過放鬆技巧、運動和心理健康支持來減輕壓力，有助於緩解肌肉緊張。如果有胃食道逆流，飲食調整（例如避免辛辣或酸性食物）也可能有益。
2. 藥物：可能會開立制酸劑或治療胃食道逆流的藥物。如果有過敏性鼻炎或鼻竇炎，可能會建議使用抗組織胺、類固醇鼻噴劑或以生理食鹽水沖洗鼻腔。
3. 咽喉護理：保持水分和保持良好的咽喉衛生可以幫助緩解相關的不適感。
4. 諮商或治療：對於因焦慮而影響生活的患者，認知行為治療或諮商可能有助於控制壓力和焦慮。

結論

總而言之，喉球症是一種常見病症，症狀可能持續一段不短的時間而令人焦慮緊張，但通常並不表示患有嚴重的潛在疾病。了解可能的原因和症狀，以及適當的治療和心理調適，可以幫助患者有效的解決或減輕這種感覺。

耳鼻喉部主治醫師 謝敦理