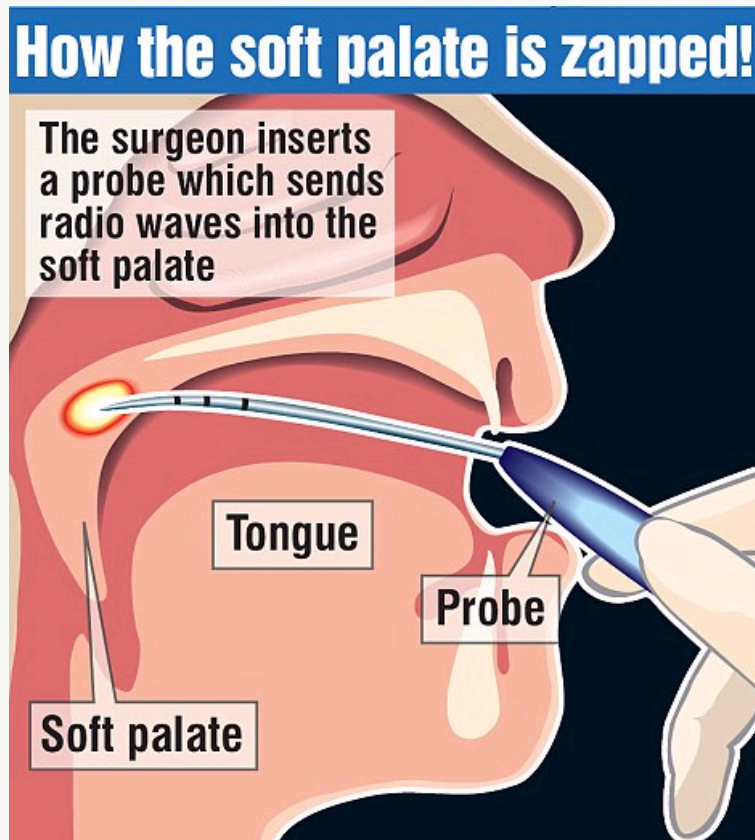


告别睡觉打鼾困扰 无线电波疗法带来曙光



睡觉打鼾问题一直困扰着不少人，英国男子格伦·希尔顿也不例外。如雷的鼾声让他的妻子难以忍受，一度把他“驱逐”到沙发上。

无线电波疗法给希尔顿带来曙光。告别打鼾，他迎来了期盼已久的正常生活。

身心俱疲

希尔顿现年34岁，家住英国约克郡的诺萨勒顿。他睡觉时鼾声如雷，“最糟糕的时候能震得床嘎嘎响，”英国《每日邮报》9月5日引述希尔顿的话说，“情况总是不容乐观。我小时候就每天晚上都打鼾，甚至能把自己吵醒。”

希尔顿的妻子苏珊娜现年36岁，长期以来一直靠耳塞入眠。4年前夫妻俩第一个孩子出生后，睡好觉对苏珊娜变得尤为重要，于是，希尔顿被“赶”到沙发上。

不过，睡沙发令希尔顿的背部备受折磨。“人不能长期睡在沙发上，”他说，“我很可怜，尽管苏珊娜同意，我也不能和她睡在同一张床上，因为打鼾会伤害我们的感情。”

和不少打鼾者一样，希尔顿尝试过止鼾胶条、鼻部喷雾甚至特制面罩，但均没收到显著效果。

积极治疗

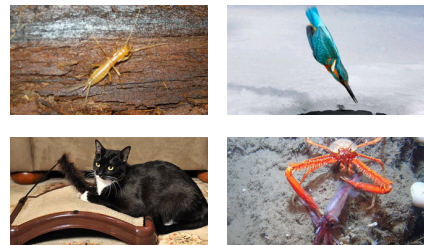
伤心失望之时，他遇到了耳鼻喉科医生阿尼尔范·班纳杰。经检查发现，希尔顿打鼾的原因在于他的软腭。这块肌肉位于喉咙后方，能防止食物进入鼻腔。

相关新闻

相关论文

- 1 《PLOS医学》：打鼾可致睡眠窒息 增加死亡风险
- 2 《科学》：首次发现调控人类睡眠基因
- 3 美研究发现：多睡觉或有助产后减肥
- 4 “倒头就睡”不一定是好事 可能为疾病前兆
- 5 研究显示：睡眠呼吸暂停综合征患者阳痿风险高
- 6 缺少睡眠与心血管疾病有关 对女性影响更大
- 7 揭秘蚂蚁睡眠差异之谜：蚁后多睡觉更长寿
- 8 美调查发现：睡眠质量与夫妻关系密切相关

图片新闻



>>更多

一周新闻排行

一周新闻评论排行

- 1 国家自然科学基金申请项目评审结果公布
- 2 第五届高等学校教学名师奖获奖名单公布
- 3 西班牙公布最新“全球最佳大学排行榜”
- 4 近1.8万项目分享58亿今年国家自然科学基金
- 5 西班牙“全球大学排行榜”：MIT第一北大第104
- 6 《科学》：首次在实物中发现磁单极子的存在
- 7 中科院启动人才培养引进系统工程
- 8 科技部公布2009年化学领域优秀类和良好类重点实验室名单
- 9 北京大学新生报到
- 10 我国颁发全球首个甲型H1N1流感疫苗生产批号

更多>>

编辑部推荐博文

- 记影响我人生轨迹的几位老师
- 想说爱你不容易——说基金
- 给基金评审一次互动的机会
- 科院生活：研一该不该进实验室？
- 热爱生命——悼念杨汝清教授
- 蓦然回首，谁在灯火阑珊处？

更多>>

论坛推荐

- [分享]《有机化合物系统鉴定手册》（原著第八版）
- [分享]以物理为主题的经典科幻小说
- [原创]高熵合金
- [原创]SCI人工智能类期刊影响因子排名列表
- 基金申请的困惑

班纳杰说：“打鼾的原因很多。有时问题出在鼻子或者舌头上，但就希尔顿而言，软腭才是症结所在。基因或肌肉伸缩问题导致它会像管乐器的簧片一样震动。同时，打鼾与超重也有一定关系，一个人越胖，呼吸道就越受限，所以我要求病人在接受手术前先减肥。”

减掉12公斤后，希尔顿于今年7月接受注射治疗。医生先在他上颚上注射麻醉剂，然后把一根探针插入软腭中，释放无线电波。电波对软腭造成损伤，从而产生疤痕。

在以后的三年里，疤痕会逐渐变厚，软腭也因变硬而不再震动。

如获新生

“手术不会产生异味、没有噪音、无痛又迅速，”希尔顿说，“第二天我感觉些许虚弱，不过很快就又能回去工作了。我需要的只有扑热息痛药片，这比喉部剧痛要好多了。”

班纳杰介绍说，传统上来看，治疗打鼾的手术方法主要是悬雍垂腭咽成形术。“它是喉部外科手术中最疼的一种”，另外，患者需要全身麻醉，术后需住院3、4天，疼痛则将持续10天左右，几周后才可正常工作。

不过，接受了新疗法的希尔顿10天后已经重返卧室。苏珊娜说他再也没有打过鼾。

“我觉得我的身体百分之百变好了。我希望手术效果能维持得久一些。如果要重做手术，我会毫不犹豫。尽管打麻药的滋味不好受，可是值得。”

班纳杰医生会在10月对希尔顿进行复查。手术效果虽然不能维持终生，但至少能保持3年。

更多阅读

[英国《每日邮报》相关报道（英文）](#)

特别声明：本文转载仅仅是出于传播信息的需要，并不意味着代表本网站观点或证实其内容的真实性；如其他媒体、网站或个人从本网站转载使用，须保留本网站注明的“来源”，并自负版权等法律责任；作者如果不希望被转载或者联系转载稿费等事宜，请与我们联系。

[打印](#) 发E-mail给:



以下评论只代表网友个人观点，不代表科学网观点。 [查看所有评论](#)

还没有评论。

读后感言: