

儿童阻塞性睡眠呼吸暂停

2020年7月发布

这是什么？

阻塞性睡眠呼吸暂停是指在睡眠期间有东西部分或完全阻塞喉咙。这可导致呼吸减少或停止一小段时间，然后再开始。这通常发生在倒吸、打鼾或身体抽动时。患有阻塞性睡眠呼吸暂停的儿童经常会打鼾。

睡眠质量差会影响孩子的行为和注意力。儿童阻塞性睡眠呼吸暂停通常由扁桃体和腺样体增大引起。偶尔，阻塞性睡眠呼吸暂停也可能由超重或肥胖、花粉症或过敏引起。

家庭医生现在会做些什么？

如果你的孩子的扁桃体和腺样体肿大，家庭医生将直接将孩子转诊至耳鼻喉外科医生。在某些情况下，可能需要进行睡眠研究。家庭医生可能会建议：

- 夜间氧气监测(血氧饱和度测定法) – 孩子手指上的一个小装置会测量血液夜间的氧气水平
- 住院睡眠研究 – 转诊至儿科睡眠医生(专门研究儿童睡眠问题的医生)

如果家庭医生怀疑睡眠呼吸暂停是由于体重或过敏造成的，则医生将与你讨论治疗计划。

家庭医生将来会做些什么？

家庭医生可能会再次见你的孩子，以检查治疗是否有帮助。如果孩子的症状没有改善，家庭医生可能会转诊至专科医生。专科医生可能会给孩子一台持续气道正压通气(CPAP)呼吸机，以帮助在夜间睡觉时保持气道畅通。

我可以问医生什么问题？

- 我的孩子需要手术吗？
- 我的孩子有健康问题的风险吗？
- 我的孩子需要服用药物吗？



我能做些什么？

继续观察孩子的睡眠模式。遵循家庭医生给你的任何建议，如果孩子继续打鼾或有不规则的呼吸杂音，要告诉医生。帮助孩子活跃起来，吃得健康。日间查看孩子的精力水平和注意力情况。

都有哪些支持？

悉尼西南区本地卫生区(SWSLHD)在Liverpool和Camden设有睡眠医学诊所。两个诊所都提供一系列睡眠医学服务。你也可以向家庭医生咨询转诊至私人专科医生或睡眠诊所。

在哪里可以了解更多信息？

- raisingchildren.net.au – 阻塞性睡眠呼吸暂停: raisingchildren.net.au
- 墨尔本皇家儿童医院 – 儿童阻塞性睡眠呼吸暂停: rch.org.au