

梅核氣 常感覺骨鯁在喉卻無異物

台灣新生報

更新日期:2010/01/14 00:07 【記者李叔霖／台北報導】

梅核氣是指喉嚨好像有異物，如同梅核卡在咽喉中卻咳不出來。中西醫師廖桂聲表示，患者常會覺得喉嚨有痰，想要把它咳出來卻又咳不出，想要把它吞下去卻又覺得吞不下，像這種情況就是「梅核氣」，吃飯時好好的，但喝水、吞口水時就會覺得不舒服，有的人還會懷疑是不是喉嚨長東西？

廖醫師指出，除了咽喉會有異物感之外，其他的就沒有異常症狀，就算去做檢查也查不出任何毛病，檢查聲帶、喉頭、頸部等部位皆正常，也摸不出長腫塊徵兆；不過在確定為梅核氣之前必須先排除器質性疾病的可能性。

簡單來說，梅核氣可能跟精神、情緒有關，為緊張、壓力、焦慮及恐懼等因素所引起，可能是咽下縮肌張力亢進所造成，以致口水分泌變少、變黏稠，感覺好像喉嚨有痰般。

梅核氣較容易出現在感冒以後，同時又以個性急、容易焦慮緊張的人，或神經質、躁鬱症及歇斯底里等人較容易發生，但值得注意的是，進入更年期的婦女也是好發族群之一。

消除梅核氣，其實可以從改變精神及情緒狀態來著手，把心情放輕鬆、放慢生活步調、生活上儘量規律正常、以鹽巴水漱口、不要經常猛吞口水、喝些溫開水以維持喉嚨濕潤、避免熬夜或過勞，以及少吃油炸、辛辣等食物即可改善。

廖桂聲指出，治療「肝氣鬱結」梅核氣患者，可用加味逍遙散加減方，「脾虛失運」患者可用苓桂朮甘湯、半夏厚朴湯來治療。