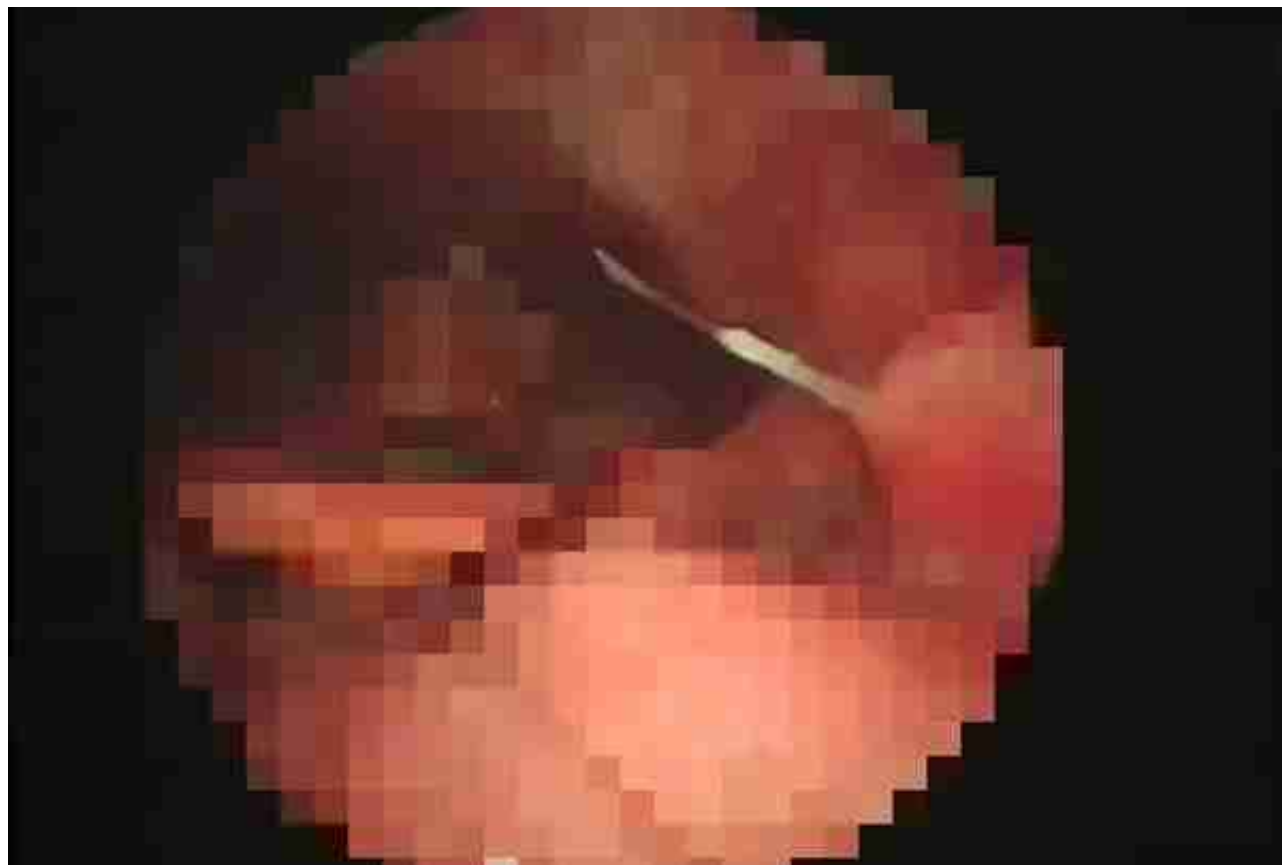


鱼肉鲜美，且营养丰富，通过各种手法做出来的鱼肉非常美味，受到许多人喜爱，鱼虽美味，刺却烦人，那些鱼刺一不小心就会卡到喉咙里，让人感到相当难受，甚至还会对咽喉壁造成损伤。



南阳市口腔医院耳鼻咽喉头颈外科主任张宗德，根据检查及王女士描述，判断鱼刺已经不在舌根浅部及扁桃体区域，当即用电子喉镜进行进一步探查，终于在食道入口附近，找到了这根鱼刺，所幸未伤及食道，若王女士坚持用“土方法”，强行吞咽，有可能将鱼刺推至第二狭窄即主动脉弓水平，万一鱼刺直接穿入主动脉，将会造成更严重的后果。



张宗德主任在此提醒大家，日常饮食应细嚼慢咽，吃鱼时，应尤其小心，切勿与其它食物共同咀嚼吞咽，切勿边吃边聊，分散精神，增加风险。如遇到如鱼刺卡喉的情况，不要盲目采取喝醋或吞咽饭菜等“土办法”，以免让鱼刺的刺入更固定或推入更深的咽喉部、食管，增加取出难度。咽喉食管处，分布有许多大血管，若鱼刺刺破血管，可造成大出血，或者刺破黏膜造成感染、形成脓肿，甚至是食管穿孔，造成严重后果。正确的做法应该是尽快就医，用喉镜或食管镜取刺，避免延误治疗最佳时机，造成进一步损伤。

## 知识拓展

### 一、鱼刺卡喉的常见误区

#### 1.喝醋

鱼刺卡喉后，部分老一辈的人都会让喝醋，因为他们认为醋能软化鱼刺。其实，这种做法并不科学，鱼刺被软化需要在醋里长时间浸泡，而我们喝下去的醋与鱼刺接触的时间极短，根本来不及软化。实际上，大量喝醋不仅对取刺无益，还有可能造成我们的咽喉、食道内壁的黏膜损伤，从而加重水肿和出血。

## 2.吞饭团或馒头

鱼刺刚刚卡进喉咙时，往往刺入不深，吞咽饭菜不仅不会除掉鱼刺，反而会把鱼刺推移到更深的地方，这样很容易导致鱼刺划破食道或者使食道出现穿孔的现象，严重者还可能刺穿食管进入周围的动脉或气管，造成感染、化脓、大出血等严重后果。

### 二、正确的应对措施：

#### 1.停止进食，用力咳嗽。

被鱼刺卡住之后，我们应该停止吃东西，最好连水也不要喝，尽量放松自己的咽喉部位，让自己处于一个放松的状态下，这样咽喉肌肉就会伸缩，之后我们低头弯腰，用力咳嗽，如果是细小的鱼刺话，可能会随着咳嗽时候的气流喷出口外。

#### 2.对于可视、位置较浅的鱼刺，可用筷子或镊子自行取出。

让家人或者朋友先用灯光照射观察一下鱼刺的位置，如若位置较浅，我们可以用筷子或者镊子把鱼刺捏出，但这只是适用于卡的比较浅的情况。

#### 3.对于不可视、位置较深的鱼刺，需及时去医院就诊。

若感觉到到鱼刺卡喉后有剧烈的刺痛感，且肉眼无法发现鱼刺位置，此时我们就需要立即去医院挂号，医生会用专业的工具帮我们取出鱼刺，这种方法也是最快速便捷安全的方法。

文/图：何武机