



編號	200-8	訂定日期	2016-06-01	修訂日期	2017-07-10	審閱日期	2016-07-12
----	-------	------	------------	------	------------	------	------------

認識過敏性鼻炎

過敏性鼻炎介紹

- 一、鼻子為人類氣道的一個重要出入口，主要功能是過濾吸入空氣中的有害或可致敏性顆粒保護周邊氣道細微結構；鼻子也是遺傳性過敏體質最容易表現的器官。
- 二、是異位性體質在鼻腔內的一種表現，主要為多種廣泛的環境因素作用於有遺傳感受性體質的病人身上，造成鼻腔內過敏性炎症反應。據統計約三分之一以上的兒童患有過敏性鼻炎。
- 三、臨床症狀為鼻癢、打噴嚏、流鼻水、鼻塞、清喉嚨、說話有鼻音，有些病人還會喉頭、耳道癢，甚至頭暈、頭脹感。患兒往往因此而注意力不集中，影響其功課表現。
- 四、過敏性鼻炎的臨床症狀與一般上呼吸道病毒感染（感冒）造成鼻炎的不同之處在於：一般感冒造成的鼻炎症狀通常在 5-7 天內會獲得改善，不超過三個禮拜以上；若患兒鼻炎的症狀反反覆覆超過三個禮拜以上，則考慮過敏性鼻炎的可能性。
- 五、過敏性鼻炎的病人往往可見下眼袋處呈黑色，且具有橫紋。黑眼圈是因為鼻腔內慢性發炎，導致淋巴液回流不良而造成的。其他外觀症狀包括：朝天鼻、以手掌往上搓鼻子，鼻樑上有橫摺；以嘴巴呼吸；鼻黏膜腫脹呈白色黏液或水樣，若有繼發性細菌感染時，可呈現紅色並有黃或綠色膿液。常見的合併症為鼻竇炎、歐氏管（耳咽管）功能不良、嗅覺失靈、睡眠障礙及長期以嘴巴呼吸所引起的各種併發症。





過敏性鼻炎的藥物使用：

依照醫師指示適當使用抗組織胺、局部鼻使用之血管收縮劑、或噴霧式局部內固醇製劑。

1. 抗組織胺藥物對於打噴嚏、流鼻水的緩解很有效。
2. 抗發炎藥物主要作用於鼻黏膜的過敏細胞上，減少鼻子的症狀，主要是用於預防，但常須連續使用三到四個星期才能達到最佳效果。
3. 噴霧式局部類固醇製劑直接噴在鼻黏膜上，不經口服全身，副作用少，長期使用不至於造成月亮臉、水牛肩等副作用。
4. 必要時尚需使用抗生素（合併鼻黏膜的細菌感染及鼻竇炎時），或是適當的口服類固醇製劑。

過敏性鼻炎的處理原則：

1. 避免過敏原及刺激物（尤其是塵蟎過敏的防治），並接受了適當的藥物治療，而仍有持續嚴重症狀的過敏性鼻炎病人，減敏療法可提供另一種治療的選擇。找出病人過敏的致敏原（包括花粉、細菌及塵蟎等），並加以適當的避免或處置（尤其是對塵蟎過敏的防治務必做到）。
2. 最好不要飼養寵物，因動物的毛髮、排泄物皆是過敏原，動物身上亦容易經常沾染灰塵、花粉及細菌。
3. 飲食方面，避免攝取冰冷及容易引起過敏的食物，如：蛋白、有殼的海鮮（蝦子、螃蟹）、花生、巧克力、蓮蓬、西瓜、橘子、芒果、草莓等，冰尤應禁止。
4. 必要時使用口罩，特別是早上起床時。

所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷，若有身體不適的情況發生，請您儘快就醫，以免延誤病情！

