

➤ 目前市面上所販賣的光鼻器有助於改善過敏性鼻炎的症狀嗎？

光鼻器所利用的方法是光療法 (phtotherapy)，醫學上認為光療法有免疫抑制效果，目前主要應用於異位性皮膚炎。它的主要作用機轉是是利用不同波長 (310-660nm 最常見) 的紫外光 (UV-B, UV-A)，使浸潤在發炎處的發炎細胞凋零死亡，且誘導一些免疫調控的細胞激素產生，如 IL-10。光療法應用於過敏性鼻炎的研究開始於 1997 年，但是到目前為止發表於醫學期刊的研究卻不多，而且大部分是小於 100 人的短期 (大多只有 2-3 週)，小規模研究。這些醫學研究的確證實光療法對於過敏性鼻炎的症狀，包括鼻子阻塞，鼻子癢，流鼻水，和打噴涕有所改善，也發現鼻腔的發炎細胞，淋巴球，和細胞激素有減少的情形。但是從這些研究也可以發現，使用光療法的許多病人仍然必須併用抗組織胺藥物來控制症狀，而這些研究中，目前並沒有包含小於 12 歲兒童的臨床實驗。

在缺乏有關於光鼻器的長期，大規模研究下，是否能廣泛的使用光療法來治療過敏性鼻炎，目前仍是有疑問的。特別是小於 12 歲以下的兒童，因為沒有臨床實驗證實這個療法是安全有效的，所以並不建議幼童使用。

一般市面上的光鼻器，強調 660nm 奈米紅光，不會灼熱，可以長期使用，不會有副作用。但是事實上，長期使用光鼻器，是否會有後

遺症，因為目前沒有長期的研究報告，目前仍是未明之處。

臺北市立聯合醫院和平婦幼〈婦幼〉院區 林怡青醫師