

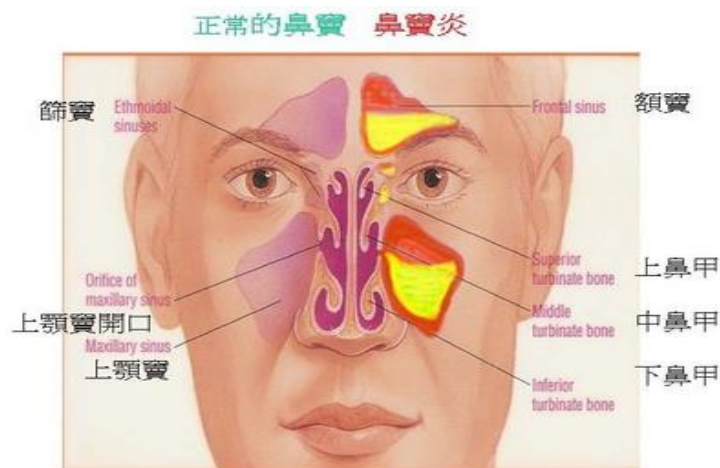


# 慢性鼻竇炎

## Chronic Sinusitis

### 一、什麼是慢性鼻竇炎：

鼻竇是指一些圍繞在眼眶及鼻腔周圍之頭骨內的含氣泡骨，鼻竇內襯為呼吸上皮，會分泌黏液，在正常的狀況下，鼻竇的分泌物可以被黏膜上的纖毛送出到鼻腔中，再往後送到鼻咽腔、喉嚨、並經由吞嚥到達腸胃中，若因為鼻腔疾病（例如過敏性鼻炎）或鼻竇開口腫脹堵塞，使得鼻竇中的分泌物無法順暢流到鼻腔，而堆積在鼻竇內，引起細菌、黴菌等感染造成鼻竇內襯黏膜的發炎反應，就稱為鼻竇炎。慢性鼻竇炎指的是症狀超過 3 個月（或 12 週）的鼻竇發炎狀態。



圖片來源：何鐘德醫師

### 二、致病原因：

- (一)鼻竇本身的發炎反應：上呼吸道感染或是過敏反應所引起。
- (二)機械性的因素：鼻中隔變形、鼻甲過度肥大、腫瘤、外來異物、顎裂或後鼻孔閉鎖、狹窄、鼻道阻塞等原因。
- (三)系統性的疾病：免疫不全的病人。

### 三、症狀：

鼻塞、膿性鼻涕、鼻涕倒流、咳嗽；臉頰額頭悶脹感或疼痛；嗅覺低下或喪失；精神不能集中等。

【續後頁】

#### 四、臨床處置：

- (一)藥物治療：抗生素投予，達到減低或抑制鼻竇致病菌的目的。
- (二)手術治療：鼻竇內視鏡手術是目前鼻竇手術的主流。主要是以鼻竇內視鏡移除病變及阻塞鼻竇開口的黏膜或鼻息肉，並將鼻竇的開口加以擴大，清除鼻竇內容物，在顏面及唇下不會留下任何傷口。
- (三)術後注意事項：
  - 1.如果全身麻醉或意識尚未清醒，需要側臥；意識恢復後或局部麻醉者，床頭抬高 45 度。
  - 2.鼻部冰敷：第一天每 1~2 小時冰敷一次，每次 15~20 分鐘，以減輕脹痛及出血現象；沒有出血即不需一直冰敷。
  - 3.時須張口呼吸，容易口乾，可多喝水保持口腔濕潤。
  - 4.避免鼻部傷口出血：控制高血壓；避免挖鼻、揉鼻及擤鼻；避免劇烈運動；避免出力搬重物；避免便秘；避免一直低頭；避免熱蒸氣燻鼻及泡澡等。
  5. 一般手術後約 3-5 天即可出院。

#### 五、飲食：

術後食物勿過燙，忌辛辣及燒烤類食物。

#### 六、居家照顧：

- (一)外出請戴口罩，避免感冒，保持呼吸道通暢。
- (二)抽菸會刺激鼻黏膜，且抑制黏膜的自我清潔作用，因此忌煙。

#### 參考資料

- 王桂芸、李惠玲（2014）．呼吸系統疾病之護理．於劉雪娥總校閱，*成人內外科護理*（六版，950-957頁）．台北市：華杏。
- 徐欣健、黃弘孟（2012）．慢性鼻竇炎之診斷與治療．*台北市醫師公會會刊*，56(5)，44 - 50。
- 何鐘德（2010，10月28日）．小孩為什麼容易得到鼻竇炎．取自<http://mypaper.pchome.com.tw/hochungte/post/1321592868>．