

## 高雄榮民總醫院 耳鼻喉頭頸部 一般衛教文件

科別	耳鼻喉科	編號：4600010
主題	外耳道炎	2003.07.01 訂定
製作單位	耳鼻喉頭頸部	2023.08.31 審閱/修訂

### 一般說明

外耳指的是耳膜以外的部分，包括耳廓及外耳道，外耳炎即發生於此部位。外耳炎最常發生在潮濕溫暖的地區，是耳鼻喉科門診常見疾病。常因游泳後、或挖耳朵引起外耳道細菌感染。潮濕會使得耳道裡的皮膚容易破裂或表層剝落，而使得細菌或黴菌侵入。一些皮膚問題像是皮膚炎與牛皮癬也會造成外耳炎。

罹患急性外耳炎，初期耳朵有些微搔癢腫脹感，若症狀沒有繼續惡化，有時會自行痊癒。若繼續惡化，會產生耳朵劇痛，嚴重會有流膿、聽力變差的現象。更嚴重的還會使耳部周圍局部淋巴腺腫大，形成蜂窩組織炎或軟骨炎，進而使耳朵劇痛流膿之外，還會全身發熱高燒，昏疲無力。

### 治療方式

若發現耳部開始疼痛、流出膿液時，請於洗頭時耳朵戴上耳塞，或把棉花球塗上凡士林塞住耳朵，且不要去游泳、泡溫泉、三溫暖。幫耳朵冰敷可以減輕疼痛，亦可使用止痛藥緩解症狀。

如果經過四、五天的自我治療之後，仍沒有改善時，就需要找醫師。治療包括抗生素耳滴劑、抗生素軟膏、口服抗生素等選擇。使用抗菌耳滴劑時，將耳滴劑滴入耳道留置數分鐘，然後再側頭將液體引流出，用藥後須保持耳道乾燥。若有外耳道被肉芽組織阻塞，致使聽力減退的現象，則需配合手術治療。另外，以前

動過耳朵手術，或耳膜曾經破裂或受傷，經常發生外耳炎或已經有其他的耳部感染，有糖尿病或免疫系統較弱時，若有外耳炎的症狀時應該盡快就醫，以免感染擴大因為一旦引發外耳道炎，易引起惡性外耳道炎，在治療上非常困難。

### 自我照護指引

平時保持耳朵乾燥，避免耳道外傷（不當挖耳朵），較難清除的耳垢應請耳鼻喉科醫師處理。有糖尿病、尿毒症、白血病、貧血、使用抑制免疫藥物等抵抗力減低的患者，應避免不當挖耳朵。

參考資料：

1. External otitis: Treatment, UptToDate (Version Apr 18, 2023.) , <https://www.uptodate.com/>
2. Flint PW. Cumming Otolaryngology--Head and Neck Surgery. Sixth ed. Place of publication not identified: Elsevier Health Sciences; 2014.

備註：每年修訂或審閱乙次。

警語：所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法取代醫師診斷與相關建議，若有身體不適，請您儘速就醫，以免延誤病情。