

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：4600011
主題	扁桃腺炎	2003.07.01 訂定
製作單位	耳鼻喉頭頸部	2023.07.17 審閱/修訂

一般說明

扁桃腺位於口咽部的後外側方，且夾在兩層肉柱中間。它是咽喉部的「看門狗」，屬於淋巴組織，有製造抗體，抵抗病原菌侵襲的功能。扁桃腺生下來後，逐漸增大，一直到四歲時最大，同時發揮最大的功能，以後就隨年齡增加而功能逐漸衰退。因此五歲以後摘除扁桃腺，並不會妨礙我們的免疫功能。

急性扁桃腺炎多發生於兒童及年青人，通常在感冒的時候合併發生，尤其是過度疲勞、睡眠不足、氣候嚴寒或酷暑，更容易發病。它來的十分突然，先是發燒、發冷，接著是喉嚨劇痛，甚至吞嚥困難，尤其是兒童，常會拒食、流口水、煩躁不安，難以入睡，同時還會有全身不適，如倦怠、頭痛、關節痛等出現，常併有耳朵痛及頸淋巴結腫痛。

慢性扁桃腺炎，乃由於急性扁桃腺炎長期反覆發作形成。症狀比急性期輕微，往往只有吞嚥疼痛或喉嚨異物感而已。嚴重時頸淋巴腫、頸部觸痛、全身不適、肌肉及關節酸痛。若經常發作則可考慮手術切除，以免合併症產生。扁桃腺炎合併症包括扁桃腺周圍膿瘍，咽旁膿瘍，風濕熱及腎絲球炎等。

如何自我照護

一. 急性扁桃腺炎

- 充分休息。

- 飲用大量白開水。
- 以溫的食鹽水漱口。
- 菸酒及刺激性高的食物盡量避免食用。
- 頸部的冷敷及止痛劑的使用，對於緩和局部疼痛都十分有效。
- 如有扁桃腺膿瘍生成，須配合抗生素使用。

二. 慢性扁桃腺炎

慢性扁桃腺炎在某些情況下，可以考慮手術治療，切除扁桃腺組織，例如：急性發炎一年超過四次以上、同時合併有打鼾或睡眠呼吸中止症、疑似扁桃腺腫瘤等。扁桃腺切除術在耳鼻喉科是一項普遍的手術，但需注意的是手術後出血，因此手術後患者應遵照醫護人員的指示，吃流質及柔質食物，口咽內的分泌物用舌頭頂出來，勿用力咳出，並且少用力說話。大約經四星期後，即可完全痊癒。

何時應就醫

喉嚨痛和發燒若超過 48 小時，要去找醫師。若診斷為急性扁桃腺炎，醫師會給予口服止痛藥及抗生素。再配合耳鼻喉科醫師的局部治療，把膿吸掉後擦藥，這樣會好得快。在適當的處理及治療之下，常常在兩三天以後就不發燒了，疼痛也減低了。若已痛到吞嚥困難，應考慮住院給予靜脈輸液及抗生素。慢性扁桃腺炎較難痊癒，如要徹底根除，就要考慮手術治療了。現今醫界認為五歲以上即可切除，而不影響免疫功能。手術時機為

- (1) 一年扁桃腺發炎大於 4 次。
- (2) 出現扁桃腺周圍膿瘍時。
- (3) 單側扁桃腺腫大，懷疑為腫瘤。
- (4) 扁桃腺過度肥大而妨礙呼吸、睡眠及吞嚥困難時。

- (5) 已有扁桃腺炎的併發症：風濕性心臟病、腎絲球腎炎。
- (6) 白喉帶原者。

參考資料：

李飛鵬（1996）・耳鼻喉科藥物治療學・台北：合記。

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。