

鼻竇炎

秋日氣候多變化，冷暖不定的溫度讓人難以捉摸，何時添衣、何時褪衫常讓人措手不及，人的鼻竇就得經由這種反覆的刺激來適應氣候的變化，真可說是任重道遠。由於氣候的變化劇烈，感冒受涼的病患大幅提高，鼻病的老病號正叫苦連天。

■ 鼻竇炎的致病因素

竇為骨內空腔，內有粘膜附著，而鼻竇則是圍繞於鼻子周圍之空骨，以小通道與鼻子相通，故又稱「副鼻腔」「副鼻竇」。

鼻竇對於吸入的空氣有過濾、到感染，它們與鼻腔之間的小通道就會堵塞或發炎，而使鼻竇充滿液體或膿，因而引發鼻子一連串不適的症狀，這便是所謂的鼻竇炎。

■ 鼻竇炎的致病因素很多，常見的有以下幾種：

- 過敏性鼻炎者，罹患鼻竇炎的機率高於正常人。
- 過度的寒冷刺激鼻竇，或因感冒惡化而併發。
- 鼻骨或顱骨的發育不正常，造成細菌容易侵入鼻竇。
- 鼻內有異物存留，特別容易出現於孩童。
- 鼻內有腫瘤或息肉，常會先出現類似鼻竇炎的症狀。
- 過度使用鼻噴劑。
- 牙齒或牙齦病變之細菌入侵鼻竇(齒源性鼻竇炎)。

■ 急慢性鼻竇炎的臨床表現

急性鼻竇炎多由傷風感冒引起，又稱病毒性鼻竇炎，其症狀較明顯，如鼻塞、頭痛、鼻痠脹等。鼻涕剛開始呈水液狀，後來變得黏稠，但少有發燒等全身症狀，約3至5天症狀便可減輕。

慢性鼻竇炎又稱副鼻腔蓄膿症，其症狀包括：頭痛(鼻竇前額痛，尤其是鼻根部)、前額和眼眶下的深度脹痛(頭痛會因睡姿改變或起床後即消失)、鼻內分泌物倒流至咽喉而引起慢性咳嗽、全年呈感冒症狀、鼻內有腥臭味、發燒、臉部疼痛、鼻涕變得黏稠且呈黃綠色或帶有紅色。百分之70至80的患者都有流不完、擦不淨的濃稠鼻涕。

■ 併發症

嚴重的急性鼻竇炎可能會造成鼻竇周圍骨髓炎，特別是幼兒感冒時應及早治療，以防耳咽管受阻中耳漿液無法排出，影響聽力。

慢性鼻竇炎則可能因鼻涕倒流至咽喉而引起慢性咽喉炎、中耳炎或支氣管擴張症、骨髓炎、眼窩蜂窩組織炎、海綿竇栓塞及嚴重腦膜炎和腦膿瘍等併發症。

除此之外，長期有流不完、擤不掉的鼻涕及通氣不好的鼻腔，常使人昏昏沈沈，讓人無精打采、情緒低落、記憶力減退，影響工作和生活，造成所謂的「性記憶力減退」「性注意力不集中」次發症狀，為了改善症狀，須從治療鼻竇炎做起。

■ 治療方式

以前鼻竇炎的開刀方式是把患部的臉頰掀起，剝開上頷竇的前壁黏膜，而後敲開骨頭進入上頷竇，把病灶處的黏膜全部取出，再合併鼻內篩竇切除術，除去鼻內的鼻息肉及發炎部位，不過這種方式雖解決了病痛，但卻隱含許多後遺症，如對前篩竇區的解剖不夠清楚，手術時往往不能清除乾淨，容易造成再發，而手術的位置不精確，有時也會造成如視神經受損等傷害。

另外，接受這種舊式手術的病患臉頰會持續腫脹多日，牙根部、口腔黏膜及臉頰部等也會產生麻木感，造成病患困擾。目前隨著科技的進步，利用電腦斷層掃描和內視鏡儀器來診斷和治療鼻竇炎，成功率高達九成以上，而且外表完全不留傷口，流血很少，疼痛也可減輕。

■ 預防須知

平時容易感冒和長時間鼻炎的高危險群，應多注意營養、保暖、多做戶外運動、避免感冒或減少涉足公共場所的機會。此外，適當的運動和規律的生活對於增加抵抗力預防鼻竇炎也很有幫助。

已患有鼻竇炎者，天冷時最好戴上口罩，或熱敷鼻額部以提高鼻腔溫度，減輕不適。此外，多喝開水、避免處於粉塵多的環境及空氣不流通之場所，都能減少不適的症狀。鼻竇炎患者不宜游泳或乘坐飛機，以免壓力的改變讓鼻子更不舒服。

醫師提醒民衆，若常感冒歷久不癒時，最好立即診治，以免急性鼻炎發展為急性鼻竇炎，甚至變成慢性鼻竇炎。

啟新電子週報

保健知識

+ 新冠肺炎 ([index.aspx?sv=ch_epaper&chapter=epaperCOVID19](#))

+ 運動篇 ([index.aspx?sv=ch_epaper&chapter=ABA000001A](#))

- + 飲食篇 (index.aspx?sv=ch_epaper&chapter=ABB000001A)
- + 指壓篇 (index.aspx?sv=ch_epaper&chapter=ABC000001A)
- + 保健篇 (index.aspx?sv=ch_epaper&chapter=ABD000001A)
- + 寶貝篇 (index.aspx?sv=ch_epaper&chapter=ABE000001A)
- + 銀髮篇 (index.aspx?sv=ch_epaper&chapter=ABF000001A)

自我健康評估

- + 心理篇 (index.aspx?sv=ch_epaper&chapter=ADA000001)
- + 親密篇 (index.aspx?sv=ch_epaper&chapter=ADB000001)
- + 孕婦篇 (index.aspx?sv=ch_epaper&chapter=ADC000001)
- + 兒童篇 (index.aspx?sv=ch_epaper&chapter=ADD000001)
- + 症狀篇 (index.aspx?sv=ch_epaper&chapter=ADE000001)
- + 日常運動篇 (index.aspx?sv=ch_epaper&chapter=ADF000001)
- + 日常生活篇 (index.aspx?sv=ch_epaper&chapter=ADG000001)

健檢服務



(index.aspx?sv=ch_personal&chapter=chpersonal) 個人專案體檢 (index.aspx?sv=ch_personal&chapter=chpersonal)
正確的健康概念



(index.aspx?sv=ch_enterprise&chapter=chenterprise) 企業健檢 (index.aspx?sv=ch_enterprise&chapter=chenterprise)
職場活力動起來



(index.aspx?sv=ch_education&chapter=cheducation) 學校體檢 (index.aspx?sv=ch_education&chapter=cheducation)
健康e起來



(index.aspx?sv=ch_insurance&chapter=chinsurance) 保險體檢 (index.aspx?sv=ch_insurance&chapter=chinsurance)
安心服務



(index.aspx?sv=ch_promote&chapter=chpromote) 健康促進 (index.aspx?sv=ch_promote&chapter=chpromote)
專業規劃



(index.aspx?sv=ch_fitness&chapter=AC0000001) 健康訊息 (index.aspx?sv=ch_fitness&chapter=chfitness)
保健知識

本站資訊僅供參考，若有身體不適的情況發生，仍應尋求專科醫師診治
文章圖片版權所有 未經書面授權 不得複製或轉載

快速回覆，讓你健康，讓你問！ (contact.aspx?sv=ch_contact&chapter=contact)

我們重視您提供的任何問題與建議，歡迎利用線上諮詢，寫下您的訊息與聯繫方式，我們將由專人立即回覆您。

啟新診所

專業健康檢查機構 / 專業醫學健康促進中心

啟新健康世界

台北市建國北路三段42號5樓 (02)2507-0723、(02)7709-1119

網站管理:啟新診所資訊部 隱私權政策 ([index.aspx?sv=ch_report&chapter=privacy](#)) 資安政策 ([index.aspx?sv=ch_report&chapter=privacy](#))

We recommend ABCpdf for converting HTML documents to PDF