

醫院管理局健康指南

鼻塞和鼻炎患者的簡介

簡介

- 鼻塞是耳鼻喉科服務中非常常見的一種徵狀。
- 鼻塞的原因有很多，但首先要考慮的是正常的生理和鼻週期。鼻週期大約每 8 小時發生一次，每一側鼻腔會交替出現阻塞。
- 許多患者在側臥時，會感到鼻塞情況更嚴重，這是完全正常的，不需要特別治療。

若您有持續性鼻塞及鼻炎症狀，可參考以下第一線治療建議：

- 過敏性鼻炎：
 - i. 試著找出觸發因素並儘可能避免
 - ii. 試用鹽水沖洗
 - iii. 試用局部類固醇噴鼻劑
 - iv. 試用口服抗組織胺藥
- 慢性鼻竇炎：
 - 鼻塞伴隨有色分泌物、氣味改變是慢性鼻竇炎的主要症狀。
 - i. 一線治療選項：
 - ◇ 類固醇噴鼻劑
 - ◇ 鹽水沖洗
 - ii. 除非有明確的急性感染跡象，否則盡量避免使用抗生素。

注意事項

- 一般局部治療需要至少 6 週才可判斷是否有改善。
- 過敏性鼻炎沒有完全的治愈方法，但可以通過使用噴鼻劑和抗組織胺藥物來減輕其影響。
- 類固醇噴鼻劑可以作為長期治療或需要時使用。
- 如發現有任何與鼻塞相關的危險徵兆(超過兩週持續性、單側血性分泌物或出血、臉頰感覺異常、視力或齒列變化、神經系統症狀) 或者第一線治療後症狀沒有改善，請向醫生或有關醫護人員查詢。