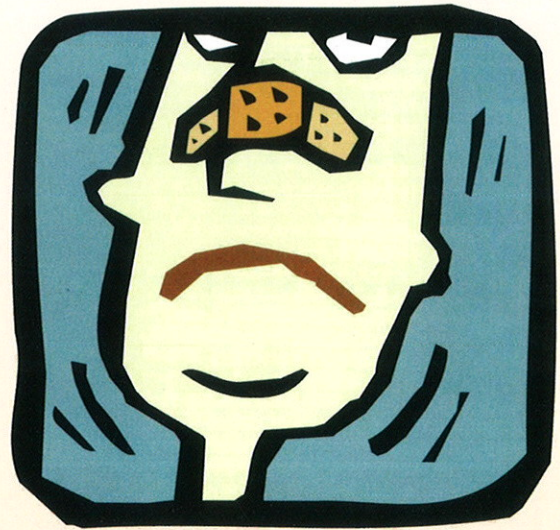


鼻竇炎



地址：高雄市824燕巢區角宿里義大路1號
電話：07-6150011
網址：edah@edah.org.tw




本著作權非經著作權人同意不得轉載翻印或轉售

著作權人：義大醫院

表單編號：HA-1-0054(2)

義大醫院 20X20cm 100.09印製 100.05月修訂

 義大醫院
E-DA HOSPITAL / I-SHOU UNIVERSITY 編印

鼻竇炎

一、鼻竇炎的定義

鼻竇炎是指鼻內的黏膜產生炎症的變化。

二、鼻竇炎的分類

1. 急性鼻竇炎：多是由各種細菌感染而引起，常見於感冒後的細菌感染而引起。
2. 慢性鼻竇炎：主要因為過敏性鼻炎、慢性鼻炎或是感冒拖延太久，阻塞鼻竇通道，造成細菌在鼻竇內生長進而化膿發炎。

三、徵狀

1. 會流黃濃鼻涕、鼻垢呈黃黑色。
2. 頭痛。
3. 咳嗽有痰。
4. 鼻塞。
5. 嗅覺失靈。
6. 耳鳴。
7. 鼻水倒流。
8. 臉頰內也會出現壓痛現象。

四、治療方法

1. 儘早治療感冒，使鼻道暢通。
2. 蒸氣吸入有助鼻腔粘膜血管收縮，改善鼻竇引流。

3. 向醫生求助，選擇適當之抗生素，治療時間約需10至14天。

五、自我治療小妙方

1. 吸入熱蒸氣，有助鼻竇通暢。
2. 喝杯熱飲，可提供部分舒解。
3. 使用濕氣機，可預防鼻腔及鼻竇乾燥。
4. 多補充水分，每天喝大量的飲料可以稀釋黏液，保持流暢性。
5. 運動有助腎上腺釋出，能收縮血管，幫助消除鼻竇的腫脹。
6. 以指腹擦磨疼痛的鼻竇，可促進新鮮血液流至此處，緩和不適。
7. 用熱毛巾覆蓋眼睛及顴骨，可消除鼻竇痛。

