

雙和醫院家醫科李思翰醫師談過敏性鼻炎

什麼是過敏性鼻炎？鼻腔是平時呼吸空氣進入人體肺部會經過的重要區域，其表面覆蓋的鼻黏膜則扮演了相當重要的生理功能，包括濕潤空氣、加熱空氣、吸附並排除空氣中的汙染物以達到過濾空氣的效果，而鼻黏膜的分泌物中也含有免疫球蛋白和溶菌酶，可以幫助人體抵抗外來的病菌；然而，在體質敏感的患者身上，當鼻黏膜接觸到過敏原時，可能會引發鼻黏膜的發炎、過敏反應，進而造成各種過敏性鼻炎的症狀。



過敏性鼻炎的典型症狀有鼻塞、流鼻水、鼻癢、打噴嚏，除了典型症狀之外，也可能伴隨有眼睛癢、咳嗽、疲倦等症狀。另外，醫師在診察的時候也可能會發現，蒼白的鼻黏膜、鼻黏膜腫脹、鼻涕倒流、紅眼等情形。

過敏性鼻炎的分類可以依據一年之中發作的時間分為，季節性過敏性鼻炎以及常年性過敏性鼻炎。季節性過敏性鼻炎是鼻黏膜對於特定的季節性過敏原而產生的過敏反應，這類型過敏原的出現有隨著季節變化而增加的特色，也較傾向於出現在戶外，例如，常在

梅雨季大量繁殖的黴菌孢子，或是在春暖花開的季節，花卉及樹木散佈出來的花粉。相反的，常年性過敏性鼻炎則是一整年都有可能發生，過敏原通常來自於室內，如：塵蟎、蟑螂、貓狗的毛髮或皮屑。【左圖：雙和醫院家庭醫學科李思翰醫師】

持續的鼻黏膜過敏及發炎反應會阻礙鼻腔病菌的清除，嚴重則可能導致鼻竇炎和中耳炎；過敏性鼻炎引起鼻塞也容易干擾睡眠，影響白天的工作與學習效率。要如何預防呢？主要透過避免及減少已知過敏原的接觸，而實際上並不一定能夠確定自己對於哪些物質過敏，所以可藉由保持環境整潔、定期更換或清洗床單、維持家中寵物的清潔、使用空氣清淨機來減少環境中的過敏原。

【右圖：當鼻黏膜接觸到過敏原時，可能會引發鼻黏膜的發炎、過敏反應】



過敏性鼻炎的治療：

- 1.藥物治療：可根據症狀，使用不同的藥物來控制過敏性鼻炎，常用的藥物有抗組織胺、類固醇、去鼻充血劑、肥大細胞穩定劑及抗膽鹼劑。
- 2.免疫治療（減敏治療）：將特定過敏原以漸進的方式注入體內，使身體對於過敏原產生耐受性。
- 3.手術治療：如果症狀控制不佳，同時合併有鼻甲黏膜肥厚或是鼻中膈彎曲的情況，可以透過手術治療來改善症狀。（文/李思翰，雙和醫院家庭醫學科醫師）