

鼻中隔彎曲、鼻竇炎、過敏性鼻炎

手術後注意事項：

1. 冰敷鼻部：可減輕腫脹及疼痛感。若疼痛厲害可要求醫護人員打止痛針。
2. 建議柔軟及易吞嚥的食物：忌刺激性及過熱食物，勿抽煙及飲酒。
3. 因鼻內傷口有止血棉填塞，無法由鼻子呼吸，口腔會感覺乾燥，多攝取水份，鼻腔外部的棉球若濕了，可自行更換乾淨的棉球。出血情形會漸改善。
4. 因鼻淚管阻塞，術後會有流眼淚及頭部脹痛情形，為正常現象。
5. 手術第一~二天後移除鼻部紗條(或吸引已碎化的止血棉)，臥床休息 1-2 小時，若鼻部無出血情形，即可出院。
6. 手術後喉嚨內如感覺有帶血分泌物，宜輕輕咳出，若有大量血塊或持續出血、吞嚥等情形，需立即告知醫護人員。
7. 術後需嚴格控制血壓。
8. 手術後如有便秘情形，宜告知醫護人員。
9. 手術後兩、三天內出現解黑便的現象，是因為手術後吞嚥部份血液之故，應會漸漸改善。
10. 手術後兩週內不可劇烈運動、搬重物或用力擤鼻涕、咳嗽，打噴嚏時，宜將嘴巴張開，避免鼻部壓力上升，導致傷口出血。
11. 返家後，勿用力擤鼻子或用力打噴嚏，天氣冷時外出，可戴口罩保護鼻部，避免出入公共場所。

恩主公醫院耳鼻喉科關心您

鼻沖洗

非過敏性鼻炎的治療

非過敏性鼻炎包括血管運動性、感染性及其他類型的鼻炎。其病因相當複雜且症狀常有重複。因此非過敏性鼻炎的治療較難定論。一般而言，非過敏性鼻炎的治療包括：局部治療、藥物治療、手術治療及其他治療。可依其診斷及特性，給予局部或藥物治療或施行手術，以得到症狀的緩解或鼻炎的徹底根治。只要求助於耳鼻喉科專科醫師，都可以得到最好的效果。

鼻沖洗及局部治療應注意的事項：

站在保護鼻腔黏膜的角度來看，許多醫師不建議患者使用。然而從生理、病理觀點來看，鼻沖洗可減少過敏原或污染原的數目，減輕鼻部症狀，適當的溫度、溼度有助於受損鼻黏膜纖毛運動的恢復，而且可清除鼻內結痂及分泌物，暫時減輕鼻塞及鼻涕倒流的症狀，且可清理手術後傷口。對於使用的鼻沖液須具備下列幾項特質

- 一、所使用的溶液，非一般之純水，應使用生理食鹽水溶液，可至藥房購買或自行配製(約 500c.c 的水中加入約 1 小湯匙的食用鹽及些許的烹飪用蘇打)。
- 二、沖洗液的溫度應接近體溫，約 37~43 度之間。正常鼻孔的溫度為 30~32 度，後鼻孔的溫度為 35 度。沖洗液溫度過低會增加鼻阻抗，易產生鼻塞的症狀。

至於鼻沖洗的方法，可購買鼻沖洗器，並依下列指示說明使用：

1. 準備用物：

(1) 溫開水 300~500c.c，水溫 37~43 度。

(2)保特瓶一個(裝水用)

(3)洗鼻器

(4)臉盆

(5)鹽半茶匙(最小茶匙)

2. 方法：

(1)採坐姿，低頭面向前，口張開。

(2)將洗鼻器之一端放在裝溫鹽水的寶特瓶內。

(3)洗鼻器的鼻孔端則插入鼻腔內，緩慢擠壓球部，使水進入鼻腔沖洗後，自然由鼻孔及口腔流出。

3. 注意事項：

(1)切記勿太用力沖洗，以免造成鼻黏膜出血。

(2)盡量勿將沖洗液吞入。

(3)輕微流鼻血為正常現象，切勿緊張，若有其他不適，請至醫院求診。

(4)每日沖洗次數依醫囑執行。

(5)如有用鼻噴劑，請先鼻內沖洗或局部治療後再使用，以增加療效。