

# 令人困擾的鼻塞



撰文◎耳鼻喉科醫師 許志宏

鼻子是呼吸通道的入口，若有鼻塞，難免會影響生活，令人感到十足的困擾。我們該如何處理鼻塞症狀呢？

人一天二十四小時都要呼吸，一旦鼻塞，就會有睡眠障礙，注意力不集中，學習能力下降，容易上呼吸道感染等現象。此外，幼小孩童在臉部發育期間的嚴重鼻塞，可能會造成臉部發育異常，因為小孩持續嘴開張口呼吸，嘴唇較厚而上翹，門牙有暴牙情形，顏面骨生長異常而使臉部狹長，亦即「腺樣體臉」。

## 鼻塞的原因

一、發炎：這是鼻塞最常見的原因，如感冒，過敏性鼻炎，慢性鼻炎，慢性鼻竇炎，鼻息肉等，造成鼻腔黏膜腫脹肥厚，致使人感到鼻塞。

二、贅生物和腫瘤：如鼻咽部腺樣體肥大，不只是造成鼻塞，也可能會引發慢性鼻竇炎或中耳積水。鼻腔倒生性乳突瘤，是鼻內最常見的良性腫瘤。鼻部惡性腫瘤如鼻竇癌，鼻咽癌等，這些良惡性腫瘤所造成的鼻塞則多為單側性。

三、結構異常：每個人或多或少都有鼻中膈彎曲，通常不一定會造成鼻塞，然若再有鼻甲黏膜肥厚，或鼻中膈彎曲明顯，則會造成鼻



塞。鼻閥是鼻孔上方的區域，其張開的角度過小，也會引起鼻塞。

## 鼻塞的診斷

由耳鼻喉科醫師在門診，依據病史及理學檢查，很快就能有初步診斷，如鼻炎，除鼻塞外，還伴隨打噴嚏流鼻水，理學檢查可見鼻甲黏膜肥厚。慢性鼻竇炎則還常有鼻腔異味，流鼻膿，臉部疼痛等，鼻腔理學檢查可見鼻膿或鼻息肉。是否有腫瘤的可能性，則可作內視鏡檢查和病理切片作診斷。幼小孩若無法接受檢查，照頭部側面X光片，可輔助診斷是否有腺樣體肥大。

## 鼻塞的治療

過敏性鼻炎，慢性鼻炎以藥物治療可達到大部分症狀的改善與控制，但要有耐心接受藥物治療，尤其類固醇鼻噴劑，需按時每天噴藥，完成一到三個月的噴藥治療，並輔以環境控制及溫食鹽水洗鼻，才能控制鼻塞。藥物治療效果不夠時，可作鼻微創手術來治療，如在門診作雷射下鼻甲手術，或住院作下鼻甲黏膜下切除手術，可顯著改善鼻塞。

慢性鼻竇炎的治療，以鼻竇內視鏡微創手術來改善症狀，恢復鼻竇引流，手術後仍要繼續洗鼻子及藥物治療。鼻竇內視鏡微創手術發展至今已相當成熟，配合電動旋轉刀及導航系統的使用，可使鼻竇手術開得更澈底且安全。

鼻中膈彎曲可作內視鏡鼻中膈彎曲切除，鼻閥狹窄則可用切除下來的鼻中膈軟骨，作為

支撐鼻閥的材料，放大鼻閥的角度，解決因之造成的鼻塞。


鼻腔腫瘤的切除，亦可應用電動旋轉刀及導航系統來施作，不只可解決鼻塞的問題，並且有機會治癒腫瘤。

三歲以上的小孩，一旦有腺樣體肥厚造成的鼻塞問題，建議作腺樣體切除，若伴隨有扁桃腺肥大，可一併作腺樣體及扁桃腺切除。

## 專業治療 一點就「通」

鼻塞的問題，嚴重時可能影響生活，學習，小孩的臉部發育。

鼻塞的成因包括發炎，結構異常，腫瘤等，根據病史及理學檢查，能很快有初步診斷，並擬定治療計畫。對於鼻腔發炎，有吃的或噴的藥物，效果好，副作用小。

現今鼻腔內視鏡微創手術的發展已相當成熟，鼻腔的發炎，結構異常或腫瘤引起的鼻塞，都能以相當安全的手術治療，再加上動力旋轉切削刀及導航系統的輔助，實施鼻腔內視鏡微創手術更加安全，療效也更好。 

## 作者介紹



許志宏 耳鼻喉科醫師

專長：鼻炎、鼻竇炎、嗅覺障礙診斷治療、鼻咽癌、頭頸腫瘤、睡眠呼吸中止症、鼻整形術。