

# 惱人的過敏性鼻炎

義大大昌醫院 家醫暨體檢科

李幸容醫師

# 過敏性鼻炎的成因

---

- 過敏原造成鼻子持續性的發炎。
- 環境因素：油炸高熱量食物、刺激性的化學物質、二手煙、污染的空氣
- 遺傳體質

# 過敏性鼻炎的盛行率

---

- 約有四分之一的成人和三分之一以上的兒童為此所苦惱。
- 台灣屬海島型氣候，濕熱且空氣污染嚴重，目前盛行率約有20-30%，而且有逐年上升的趨勢

## 常見過敏原

- 家塵、螃蟹、蟑螂、蝦、混合花草、黃豆、花生、羽毛、蛋白、牛奶、魚、黴菌、小麥、牛肉、蛋黃等



# 過敏性鼻炎症狀

揉眼睛

揉鼻子

清喉嚨

流鼻水

# 過敏性鼻炎的預防

---

- 使用防蟎枕頭套及床被套，或每兩週用55°C-70°C熱水洗床單、被套、枕頭套，避免使用毛毯。
- 除溼機、冷暖氣機及空氣清淨機，最好保持溫度在攝氏24-28度，溼度在40-50%左右
- 室內不要養狗、貓、鳥類等寵物
- 避免出入公共場所(口罩)
- 避免接觸二手煙，食用冰冷飲料及食物，高熱量食物及油炸食物等。

# 過敏性鼻炎治療

---

- 環境控制
- 藥物控制
- 減敏療法(免疫療法)
- 手術治療

# 過敏性鼻炎藥物治療

- 治療目的 - 使症狀緩解
- 治療藥物
  - 口服
    - 抗組織胺
    - 血管收縮劑 (解鼻充血)
    - 類固醇製劑
    - 抗白三烯素
  - 鼻用噴霧劑
    - 抗組織胺
    - 類固醇製劑



# 抗組織胺

---

- 適應症
  - 過敏性鼻炎(流鼻水)
  - 蕁麻疹(癢)
- 分類
  - 鎮靜性抗組織胺
  - 非鎮靜性抗組織胺

# 抗組織胺

---

- 常見副作用
  - 口乾、舌燥、想睡、視力模糊、胃腸不適、胃痛
- 注意事項
  - 此類藥品易引起睡意，所以應避免開車或操作機械
  - 不要飲酒，酒精會加強此類藥品抑制中樞神經的效果

# 結論

---

- 高盛行率及反復發作或是慢性長期的症狀
- 短期藥物使用可幫忙患者過著跟正常人一樣的生活



Thank U