

处理过敏性鼻炎的原则包括:

- **药物治疗**– 包括使用类固醇鼻喷雾剂，白三烯受体拮抗剂，血管减充血剂或抗组胺药。您的耳鼻喉专科医将会对此提出更好得忠告。
- **避免家居螨虫的滋生**
 - 每周更换床单，每日以热水清洗枕头，被单以杀螨虫
 - 清除地毯，窗帘，墙上的挂吊物及其他能让堆积灰尘的物品
 - 湿布抹洗及常用吸尘器清洗
 - 更换绒毛玩具成金属，木或塑胶
 - 使用除湿机和空气净化器
- **手术治疗**– 长远的治疗法是使用内窥镜鼻窦手术 (FESS)，如有需要，使用“微清创口仪器”(microdebrider) 整修掉肿大的甲肉，割除鼻腔内息甲肉减轻鼻塞。
- **宠物处理**– 对饲养宠物所引发的过敏资者应把宠物饲养在屋外，不让您进入您的寝室，常替宠物洗澡，清洁以减少它们皮肤上的过敏原。
- **免疫治疗**– 当清除与避开法和药物治疗不能控制时，则可采用免疫治疗法。时间可能需数月或数年期，舌下特异

性免疫治疗可帮助病患者建立起过敏原的激发产生容忍耐性。这样一来，就可以阻止或减少过敏性的症状。但是，这种治疗法也可能不会奏效，或甚至引起病患者更严重的反应，尤其是当患者是特别过渡的敏感病者。

了解有关过敏性鼻炎的传言

“它会恶化成癌症？” 不会的。长期的过敏性鼻炎或鼻窦炎病患者，不曾有和癌症扯上关系。

“它会永远继续下去吗？” 过敏性鼻炎症状的严重度，善遍上会跟随年龄的老化而有所改进。当中有一群会逐渐好转而消失，或是多年后慢慢有所改进，也有一群相对的，处境会变得更糟糕。所以呢，您最好是准备长期抗战，并学会如何与它共相处。长话短说，您不能因为短期的治疗有效而能够满足放心。

“它不能够会治愈的。” 免疫治疗法提供一个希望。但许多研究员还是在不断研发中。正确的药使用量，时间的配合与频率等还有许多争论点。同时，如果病患者有多种敏感反应，这种选择的可行性并不大。

-感谢您的阅读，

请咨询您的医生以获取更多的资料

鼻子过敏症/ 变应性鼻炎

ALLERGIC RHINITIS



这份病人教育手册尝试帮助病人及其家属能多明瞭他们的外境，现具有的选择及抉择后可能的结果。这份资讯并非用来诊断，治疗特定人士的病况。请患者咨询您的耳鼻喉专科医生有关您的特别状况。

陈永顺医生-耳鼻喉, 头和颈专科

马来西亚国民大学医科学士

马来西亚国民大学耳鼻喉, 头和颈专科院士

英国爱丁堡皇家耳鼻喉, 头和颈科学院院士

英国爱丁堡皇家耳鼻喉, 头和颈科学院会员

英国南安普敦大学过敏科文凭

新加坡鼻科学士

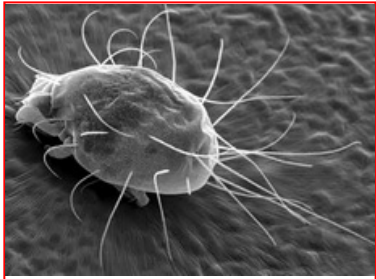
阿姆斯特丹头和颈癌症科学士



www.entheadandneckspecialist.com

T: +603-6141 8533 E: ENTdrvincenttan@gmail.com

什么是鼻子过敏症/ 变应性鼻炎 (Allergic Rhinitis) ?



螨虫 (顯微鏡下)

普遍上也称花粉热症，或干草热症。当敏感者遇到空中漂浮的过敏原，有如灰尘里的螨虫，霉菌，花粉，或是

猫，狗等动物的细毛而引起鼻腔壁内发炎。通常，当我们吸气时，这些因子会激发而产生过敏的症状如打喷嚏，咳嗽，流鼻涕，鼻塞，鼻痒，嗅觉减退，结膜充血，有持续性的痰，黏液流入喉咙或咽喉炎。那一群有明确家族敏感病史或其他过敏原如哮喘病 (bronchial asthma)，湿疹 (eczema) 患者最有可能会有这种鼻子过敏症。虽然鼻子过敏症能发生在任何年龄，它通常在三十岁前就会呈现。



花粉

有何种其他的成因形成这种症状 ?

其他种类的鼻子发炎并不能够与过敏性鼻炎混为一谈的。所有的鼻炎影响鼻腔和鼻窦的功能。无论如何，其他多种的鼻炎是由不同的激发而引起反应，但看起来与过敏

症十分相似的。这一组是属于“非过敏性鼻炎”形成原因包括：

- 感染，例如伤风或流行感冒 (cold/influenza)
- 鼻腔息肉 / 水瘤 (nasal polyp) — 常在鼻子过敏症患者中显出
- 荷尔蒙分泌失常 (孕妇) 怀孕
- 过量使用通鼻喷雾剂
- 服用一些药物 (阿司匹林 aspirin, 高血压药物, 某些自止痛药, 口服避孕药)
- 暴露在冷空气中, 高湿度中, 化学或其他种类的刺激性物品
- 食用辛辣或高温的食物

无论如何，鼻孔阻塞也有可能是由于鼻腔内部的结构问题，增大的鼻子甲肉，或是鼻中软骨的差错，同样的，鼻子的过敏性症状必须与感冒，鼻窦炎有所分别。如果有血丝出现在流液中，这时绝对有必要由您的耳鼻喉专科医来排除癌细胞的生长可能性。因此，鼻喉专科医生的任务是清晰的分别出可能的成因。由病史，临床检查，内窥镜检查，血液追查 (血液过敏原表测试，包括总免疫球蛋白 IgE 与免疫球蛋白 IgE 对作为引起食物和通常的吸入剂过敏原；只需提取一点血样品) 来补足，确认过敏原的诱发因子。



内窥镜检查

过敏性鼻炎有何种并发症?

如不加以控制，过敏性鼻炎会严重损害生活质量素质，它会干扰您的睡眠，使您晨昏颠倒，影响您的学习能力与工作效率。再者，如没有治疗或不当的治疗，最终会引出其他并发症。这包括严重的全鼻窦炎，扁桃腺炎，增殖腺炎和分泌性中耳炎。鼻腔内的息肉也和过敏性鼻炎有密切的关系，虽然这种关连还不太清楚。

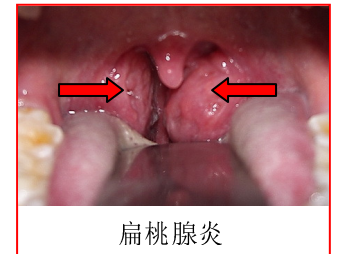


鼻腔息肉 / 水瘤

治疗, 怎样做?

最重要的治疗部份是要了解这种重复又持久的病情的特性。当短期治疗后，各种症状有所改进时，后续的长期跟进医治，药物的使用份量来排除可能出现的并发症是至关重要的。如果，当您觉得症状有好转时就完全停止医治，那一定会使它卷土重来，这将使病人又回复到原点了！

最完美的治疗方法是尽量避开或减少暴露在过敏原中，所以非常重要是必须认清那一些是过敏的原体？对不同种类的过敏原有不同的避开技巧。



扁桃腺炎