

# 鼻竇炎

## 義大醫院

地址：高雄市燕巢區角宿里義大路1號

電話：07-6150011

## 義大癌治療醫院

地址：高雄市燕巢區角宿里義大路21號

電話：07-6150022

## 義大大昌醫院

地址：高雄市三民區大昌一路305號

電話：07-5599123



本著作權非經著作權人同意不得轉載翻印或轉售

著作權人：義大醫療財團法人

20X20cm 2026.06印製 2025.11修訂 HA-1-0054 (3)

 義大醫療財團法人  
E-DA HEALTHCARE GROUP

# 鼻竇炎

## 一、鼻竇炎簡介

鼻竇內發炎，可能是病毒、細菌或黴菌引起急性鼻竇炎，常見為上呼吸道感染，通常十天到一個月內可痊癒。另外煙、灰塵等過敏原，易引起鼻黏膜纖毛清潔功能受損，或鼻粘膜腫脹及鼻竇開口阻塞，造成鼻竇黏液的滯留，也會讓病原有機會在鼻竇中生長繁殖，若症狀持續超過三個月，則為慢性鼻竇炎，多為未經治療或治療不全之急性鼻竇炎所演變。

## 二、症狀

濃稠黃或綠色鼻涕或痰、臉頰或眼眶脹痛、嗅覺功能變差，耳悶塞感或中耳積水、支氣管炎、氣喘。

## 三、診斷

檢查鼻腔、鼻竇開口及鼻咽部，以鼻竇內視鏡、X光及電腦斷層檢查協助診斷。

## 四、治療方法

以藥物治療為主，鼻內局部治療為輔，建議至少持續使用10-14天抗生素，嚴重或慢性鼻竇炎可能會用到1-3個月不等，須按時服用，隨意停藥易產生抗藥性。嚴重或慢性鼻竇炎才考慮以手術治療，將鼻竇開口通暢，使鼻竇內黏膜及纖毛功能恢復正常。

## 五、自我照顧

1. 吸入熱蒸氣，有助鼻竇通暢。
2. 喝杯熱飲，提供部分舒解。
3. 使用濕氣機，保持鼻腔溼度以利清除細菌及黏稠鼻涕。
4. 補充水分可稀釋黏液排出，保持通暢。
5. 運動有助於腎上腺釋出，能收縮血管，幫助消除鼻竇腫脹。
6. 指腹磨擦鼻竇可促進血液循環緩解不適。
7. 用熱毛巾覆蓋眼睛及顴骨，可消除鼻竇痛。

## 六、參考文獻

1. 方深毅、許恆睿(2021)·鼻及鼻竇炎的定義與分類·台灣耳鼻喉頭頸外科雜誌,55(1), 1-4。
2. 衛生福利部國民健康署(2020) 認識鼻竇炎。