

認識過敏性鼻炎

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-1-0149(2)

認識過敏性鼻炎

一、過敏性鼻炎簡介

是種身體內免疫球蛋白E (IgE)介入的第一型過敏反應，是由多種因素造成，包含基因與環境，大部分是由鼻吸入過敏原而引起鼻腔內膜發炎。

二、症狀

打噴嚏、流鼻涕、鼻塞、黑眼圈、咳嗽、眼睛發紅流淚、眼部周圍皮膚發癢、耳朵悶塞感、頭痛及嗅覺改變。

三、診斷

透過實驗室檢驗，第一線工具為皮膚挑刺試驗及血清特異性IgE檢驗。

四、治療方法

1. 藥物治療：常用抗組織胺、類固醇、去充血劑、白三烯素受體拮抗劑等。
2. 減敏療法：針對特定過敏原，漸進給予該過敏原，使身體產生耐受性，治療時間可能持續3-5年。
3. 下鼻甲雷射：用雷射灼燒黏膜表層，鼻甲黏膜緊縮，改善鼻塞症狀。
4. 下鼻甲射頻：用射頻熱能，作用於黏膜下層，使鼻甲體積縮小，改善鼻塞症狀。

五、自我照顧

1. 少吃易過敏食物，如牛奶、海鮮、豆類、冰品等。
2. 避免接觸刺激性氣體，如香菸、蚊香、香水、殺蟲劑等。
3. 居家環境勿使用毛毯、動植物製品、減少灰塵附著，經常整理房間。
4. 避免飼養寵物，或將其飼養在獨立房間。
5. 花粉關閉門窗並使用與用空氣清淨機。
6. 使用防蟎寢具，並經常曬太陽、使用防蟎洗衣精及熱水清洗。
7. 外出配戴口罩、眼鏡，避免接觸過敏原。

六、參考文獻

衛生福利部國民健康署(2021, 7月8日)。

控制氣喘有三招。

王凌峰、戴志峰(2023)·過敏性鼻炎的診斷性檢查·台灣耳鼻喉頭頸外科雜誌, 58(1), 44-49。

方深毅、李威霆、許恆睿(2023)·過敏性鼻炎·台灣耳鼻喉頭頸外科雜誌, 58(1), 35-43。

Akonouri S.House SA(2023) Allergic Rhinitis. StatPearls.