



不要錯認 “過敏性鼻炎”

文：何卓君

在日常生活中，如果家長見到孩子經常打噴嚏、流鼻水，會以為孩子患了感冒，服用感冒藥後，症狀得以緩解，但很快症狀再次出現，而且反復發作，部分家長還會以為孩子體質差，所以經常生病，非常擔心。

到底孩子患的是什麼病？

區分感冒和過敏性鼻炎

其實，孩子患的可能是過敏性鼻炎，即俗語所講的“鼻敏感”。由於發病症狀與感冒極為相似，所以初期多被誤診為感冒。就讓我們來認識什麼是感冒？什麼是鼻敏感吧？

俗語所講的感冒，其實是由病毒感染引起的急性鼻炎，一年四季均可發病，最常見於受涼、勞累或慢性疾病引致抵抗力下降時。起病初期有鼻癢、打噴嚏、流清水樣鼻涕及鼻塞，之後隨病情進展，成粘液鼻涕、鼻塞加重，可伴咽痛、發熱、頭痛、全身不適等症狀，經治療後7-10日一般可康復。

過敏性鼻炎的發病與遺傳、環境等因素有關，是由於各種過敏原刺激身體產生某種化學物質，引起鼻粘膜的過敏性反應。其中又分為常年性過敏性鼻炎、

季節性過敏性鼻炎和血管運動性鼻炎三種。

常年性過敏性鼻炎一般無明顯季節性，全年均可發病，由一些與人的起居密切相關的常年性過敏原引起，如吸入性的塵埃、塵蟎、昆蟲、真菌、羽毛、動物皮屑、棉絮等；食物性的魚蝦、雞蛋、牛奶、花生、某些蔬果、藥物等；接觸性如化妝品、化纖織物、化學製劑等。典型的症狀為：陣發性噴嚏、大量清水樣鼻涕、鼻塞和鼻癢等，症狀反復發作，檢查見鼻粘膜蒼白、充血或呈淺藍色。

季節性過敏性鼻炎每年只有季節性發作，常見於春季和夏秋季，通常由花粉、柳絮等吸入性過敏原引起，所以又稱為“花粉症”。發病期症狀



與常年性過敏性鼻炎相同，但鼻塞可更重，而且眼癢和結膜充血。檢查見鼻粘膜明顯水腫。

血管運動性鼻炎並非由過敏原引起，而與溫度變化(冷熱變化)、情緒波動、精神緊張、疲勞、內分泌失調有關，全年均可發病，症狀同常年性過敏性鼻炎，但檢查見鼻粘膜呈暗紅色，而且各種過敏試驗均為陰性。

最好的辦法是預防

目前，過敏性鼻炎還沒有辦法完全治癒，所以最好的辦法是預防。首先要瞭解引起自己鼻過敏的物質(即過敏原)，並盡量避開它。如過敏症狀主要發生在戶外，應盡可能限制戶外活動，尤其是接觸花草或腐爛的樹葉，外出時可以帶口罩。如症狀主要發生在室內，則應勤打掃，保持家居清潔、乾爽，花粉季節時關閉窗戶，每週熱水清洗床單枕套，用木板或地磚代替地氈，遠離寵物及毛公仔。

除了預防外，有時我們還需要用藥物來控制症狀，最常用的是口服及局部抗過敏治療。口服藥物效果好，但缺點是可能引起嗜睡，影響工作或學習，而噴鼻劑副作用較小，長期使用對兒童發育影響小，近年較常用。此外，還有脫敏治療，這是目前唯一可能根治過敏性鼻炎的方法，整個療程需時2-3年，但治癒率只有50%。

近年兒童過敏性鼻炎的患病率不斷升高，3歲以下嬰幼兒為20%，6歲以下兒童達40%，大家必須加以重視，及早帶孩子就診，明確診斷，做好預防措施，盡量控制症狀及縮短發病時間。



(作者：鏡湖醫院耳鼻喉科醫生)

