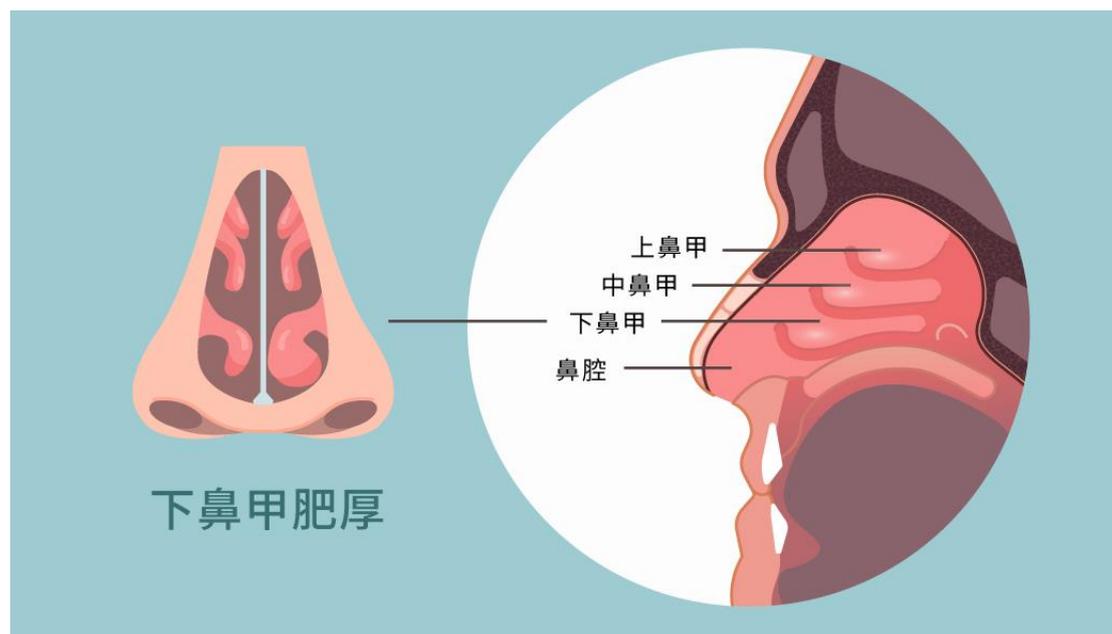


鼻甲 nasal concha

- 鼻息肉 (Nasal Polyps) · 鼻甲肥大 (Hypertrophic Nasal Turbinates) 鼻甲骨



下鼻甲肥大

2024/3/29

照鏡子時，可以看到鼻腔內有一顆圓圓粉紅色的軟組織，即是下鼻甲。當下鼻甲的黏膜因長期刺激與發炎反應，愈來愈肥大，造成鼻塞，形成肥厚性鼻炎。

大部份的鼻塞都是因為鼻腔結構異常造成，常見下鼻甲肥大合併鼻中膈彎曲。下鼻甲肥大是最常見的鼻塞原因，病人常會有兩側交替鼻塞的現象。鼻中膈彎曲是另外一個容易造成鼻塞的原因。

鼻中膈是指兩鼻腔之間的分隔板，前方為軟骨，後方為硬骨。其實每個人或多或少都有鼻中膈彎曲的現象，這是因為發育過程中，鼻中膈軟骨成長的速度與鼻腔發育的速度不一致所造成；少數情況下，因嚴重的外傷也會造成鼻中膈彎曲。一旦鼻中膈彎曲，除了凸出側會塞之外，凹側也容易引發下鼻甲肥大，造成兩邊都塞，這正是為何手術時需要一起處理下鼻甲肥大跟鼻中膈彎曲的問題。

下鼻甲長期肥大會傷害下鼻甲正常擴張及收縮的功能，造成持續鼻塞、鼻刺激感，並且反覆流鼻水。

下鼻甲肥大的原因

下鼻甲肥大不外先天因為下鼻甲骨頭肥大，或是後天因為下鼻甲黏膜發炎腫脹而造成，例如過敏性鼻炎、血管運動性鼻炎。

坊間常將下鼻甲誤稱為鼻息肉，這種說法是錯誤的，造成病人將鼻息肉與下鼻甲混淆。所謂鼻息肉是指從鼻竇長到鼻腔，像水球樣的異常

軟組織，顏色呈現蒼白或灰白色，跟下鼻甲大不相同，一般人不會有。鼻息肉大多與鼻竇炎，或是過敏性鼻炎有關。



如何治療？不同的處理方式

- 黏膜肥大型：一般先針對致病原因以藥物治療

過敏性鼻炎造成的下鼻甲肥大：藥物以口服藥為主，鼻噴劑依作用機轉有鼻黏膜收縮劑噴劑、類固醇噴劑與組織胺接受器拮抗噴劑等三類。在坊間藥局可輕易購得的是鼻黏膜收縮劑噴劑，有使用上限，以不超過 5 天為原則，一般只能用於救急，如長期使用，會造成嚴重的下鼻甲黏膜充血腫大，引起醫學上所稱的藥物性鼻炎，造成無法再以藥物治療的嚴重後果。相對於鼻黏膜收縮劑噴劑，類固醇噴劑及組織胺接受器拮抗噴劑比較安全。

不同於口服或注射類固醇，吸入性類固醇進入身體血液循環的藥量，幾乎微乎其微，不至於對身體其他器官產生影響，目前一般 4 歲以上的病人使用都屬安全，但懷孕婦女還是盡量避免使用。使用類固醇噴劑必須持續使用，才會有效，短期使用，一般療效不佳。

過敏性鼻炎病人一般建議最少使用三個月。

假如以類固醇噴劑治療超過三個月效果不佳或是反覆發作時，可以考慮輔以手術治療。手術有雙極電燒、雷射、或射頻手術等選擇。

- 因為骨頭肥大造成下鼻甲肥大：藥物無效，只能以下鼻甲部份切除術來治療，即以鼻甲剪切除部分下鼻甲，有時還依病情需要，加做鼻中隔彎曲的矯正手術。

嚴重的鼻中隔彎曲除了會容易鼻塞外，因為凸出側容易受傷，有時會反覆流鼻血。治療鼻中隔彎曲只能藉助手術矯正，藥物或雷射都無法改善，常見的手術有鼻中隔黏膜下切除術、鼻中隔成形術。

貼心提醒

坊間常把所有的鼻塞歸咎於鼻息肉所造成，事實上，根據臨床經驗與統計數據，只有非常少數的病人的鼻塞原因是鼻息肉。下回醫師跟你說你有鼻息肉時，一定要先仔細確定真的是鼻息肉，還是下鼻甲肥大。您可以諮詢第二位耳鼻喉科醫師的意見，萬一真的是鼻息肉，治療方式就跟上述完全不同了。

另外，也要提醒你如何正確使用鼻噴劑。不論鼻黏膜收縮劑噴劑與類固醇噴劑，使用方式大致相同：

- 每次使用前，先將噴劑搖一搖，並將鼻腔擤乾淨，將噴嘴輕輕放入鼻孔內，噴霧器保持垂直，暫時閉氣後按壓噴嘴，讓噴出的氣霧瀰漫於鼻腔內，再按住該側鼻孔數秒，讓噴入的氣霧不被吸掉。
- 以口呼吸後，再換另一邊，重複整個程序
- 使用後要將噴頭清理乾淨（可用衛生紙拭淨），以免污染，再蓋上瓶蓋，即完成整個使用程序。

平時請將噴劑保存在乾燥陰涼處及兒童不能觸及的地方，不需放入冰箱。以成人而言，鼻黏膜收縮噴劑為短期使用，一天 1~3 次，每次兩鼻腔各噴 1 下，以使用 5 天為上限，千萬不能長期使用；類固醇噴劑則多為兩鼻孔每天一次，每次噴 2 下的量；或每天 2 次，每次噴 1 下的量；組織胺接受器拮抗噴劑(如 噴立停 Azetin)則在成人及 5 歲以上兒童可每次兩鼻孔各噴一下，每天使用 1~2 次。最好使用前詳細閱讀說明，或向醫療人員請教。