

1

什麼是過敏性鼻炎呢？



為什麼我會有過敏性鼻炎？

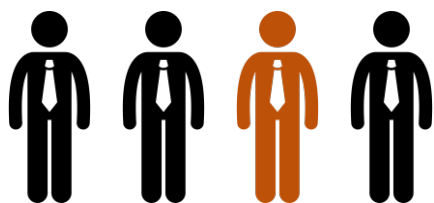
因為**環境中的過敏原**而產生鼻腔刺激，
而產生鼻子發炎症狀，
與**免疫**系統以及**遺傳**體質有關。



過敏性鼻炎很常見嗎？

📄 台灣屬海島型氣候，濕熱且空氣污染嚴重，目前盛行率約有**20-30%**，而且有逐年上升的趨勢。

📄 **成人**：約四分之一



📄 **兒童**：約三分之一



過敏性鼻炎有哪些症狀？

鼻子癢

眼睛癢

喉嚨乾癢

症狀持續
數周以上



我屬於哪種過敏性鼻炎？

終年型過敏性鼻炎

過敏原的存在與季節較無關，所以此類病人的症狀終年差異不大。

過敏原為塵蟎、動物皮屑等。

季節型過敏性鼻炎

過敏原在特定季節才會出現或增加，因此症狀在這些季節才會出現，或是變得比較嚴重。

來自花、樹木或草的花粉等



該怎麼預防過敏性鼻炎呢？

- 使用**防蟎枕頭套及床被套**，或每兩週用**55°C-70°C熱水**洗床單、被套、枕頭套，避免使用毛毯。
- 除溼機、冷暖氣機及空氣清淨機，最好保持**溫度在攝氏24-28度**，**溼度在40-50%**左右
- 室內不要養狗、貓、鳥類等寵物
- 避免接觸二手煙，食用冰冷飲料及食物，高熱量食物及油炸食物等。



過敏性鼻炎的治療方式

環境控制

藥物控制

手術治療

減敏療法
(免疫療法)

2

過敏性鼻炎的藥物治療



過敏性鼻炎的治療藥物：**使症狀緩解**


口服藥物		鼻用噴霧劑	
藥物	作用	藥物	作用
抗組織胺	減少過敏反應	抗組織胺	減少過敏反應
血管收縮劑 (解鼻充血劑)	緩解鼻塞		
類固醇製劑	抑制發炎反應	類固醇製劑	抑制發炎反應
抗白三烯素	減少過敏反應		



口服抗組織胺藥物

- 鎮靜性抗組織胺：較會引起中樞抑制作用，使病人產生嗜睡效果。
- 非鎮靜性抗組織胺：較不易引起嗜睡效果，專一性較佳。

鎮靜性抗組織胺

成分	英文商品名	中文商品名	藥品外觀
Cyproheptadine	Cytadine	喜達鎮錠	
	Cypromin	希普利敏液	
Hydroxyzine	Vistaril	維泰寧膠囊	
Mecizine	Semper	仙派錠	
Pseudoephedrine/ Triprolidine	Peace	鼻福糖漿	

非鎮靜性抗組織胺

成分	英文商品名	中文商品名	藥品外觀
Loratadine	Minlife	敏福錠	
	Mintapp	敏達糖漿	
Levocetirizine	Xyzal	驅異樂膜衣錠	
Fexofenadine	Allegra	艾來錠劑	



服用抗組織胺類藥品應注意事項

- 常見副作用為**口乾舌燥**、**嗜睡**、視力模糊、胃腸不適
- 此類藥品易引起睡意，服用後**應避免開車或操作機械**
- 避免飲酒**，因酒精會加強此類藥品抑制中樞神經的效果



口服血管收縮劑

成分	英文商品名	中文商品名	藥品外觀
Pseudoephedrine	Pseudoephedrine	鹽酸假麻黃鹼錠	
Pseudoephedrine / Triprolidine	Peace	鼻福糖漿	



服用血管收縮劑應注意事項

- 常見副作用為**心悸**、**發抖**、**睡不著**、**頭痛**
- 冠狀血管疾病患者於使用前應先告知醫師相關病史；**前列腺肥大症**、正在使用**毛地黃**患者、**高血壓**患者未經醫師指示不得服用。
- 服藥後需操作機械的人請小心





口服類固醇類藥物

成分	英文商品名	中文商品名	藥品外觀
Prednisolone	Predonine	普力多寧錠	
	Kidsolone	必爾生口服液	
Methylprednisolone	Methylone	敏疫朗錠	
Dexamethasone	Dorison	得立生錠(4mg/tab)	
	Decone	得康錠 (0.5mg/tab)	
Cortisone	Cortisone	乙酸可體松片	

- 長期使用可能會有月亮臉、水牛肩、皮薄、高血糖、骨質疏鬆、白內障、青光眼等副作用，停藥後便會逐漸消除。
- 停藥時需**循序減量**，不可突然停藥。
- 可**與食物併服**以減少胃腸不適。
- 如果有**感染**的徵兆(如發燒、喉嚨痛等)請速與醫師聯絡。




口服抗白三烯素類藥物

成分	英文商品名	中文商品名	藥品外觀
Montelukast	Singulair	欣流膜衣錠(10mg/tab)	
		欣流咀嚼錠(4mg/tab)	

- 本藥主要用來**預防**氣喘及支氣管收縮、過敏性鼻炎
- 不用於急性**氣喘發作，須自備急救藥。



鼻用噴霧劑抗組織胺類藥物

成分	英文商品名	中文商品名	藥品外觀
Azelastine	Azela	愛鼻安鼻用噴液劑	

- 本藥療效與口服抗組織胺相當

鼻用噴霧劑類固醇類藥物

商品名	Pulmicort	Avamys	Nasonex	Trisonin
中文名	能舒鼻噴液劑	艾敏釋懸浮劑	內舒拿鼻噴劑	特索寧噴液劑
成分	Budesonide	Fluticasone	Mometasone	Triamcinolone
外觀				



使用鼻用噴霧劑類固醇類藥物相關資訊

- 對鼻炎最有效，治療季節性過敏性鼻炎、常年性過敏性鼻炎，安全且耐受性佳，並有局部性抗炎作用。
- 優點：直接作用於鼻黏膜上、副作用低、使用方便
- 目前的研究大部份認為鼻炎病童使用類固醇噴劑不會對最後成人的身高造成影響。

如何使用鼻用噴霧劑

- ① 用肥皂與清水充分清潔雙手。使用前先輕輕擤一下鼻涕。
- ② 打開瓶蓋，頭放直，將鼻噴劑伸入鼻孔，稍向後些。
- ③ 用力迅速擠壓瓶子，同時吸氣，等3到5分鐘讓藥效發揮。
- ④ 每次使用後，為防鼻分泌物污染，用紙巾擦乾噴口。

詳細關於如何使用個別鼻用噴霧劑可參考衛教單張：[鼻噴劑使用須知](#)