

幼兒鼻塞

文/宋文舉 (本院小兒科主治醫師)

幼兒鼻塞的原因

新生兒及嬰幼兒的上呼吸道管腔較窄，鼻孔後的通道直接向著氣管開口，用鼻子呼吸比用口腔呼吸來得順暢且不費力，所以嬰幼兒通常是閉著嘴由鼻孔呼吸，進行空氣交換。

嬰兒成長後，來自母體的抗體量逐漸減少，抵抗力變差，很容易患病，尤其是呼吸道疾病。當鼻孔因感冒而阻塞或變窄，呼吸變困難時，只好退而求其次張口呼吸，此時可能出現呼吸困難、煩躁不安、睡不熟的情形。

嬰幼兒的鼻腔及咽喉較狹窄，淋巴腺體密佈，分泌物本來就多，有潤溼及過濾空氣的作用。當感冒、對空氣過敏或受傷時，除表面黏膜腫脹外，分泌物會大量增加，鼻腔很容易阻塞。坐立時，分泌物會呈鼻水外流，平躺時則倒流至咽喉，刺激喉嚨引起咳嗽。有些小孩在白天情況還好，夜晚入睡後卻咳不停，這就是「鼻涕倒流」引起的。鼻塞時遇風寒或冷氣，因鼻粘膜微血管擴張充血，鼻塞及流鼻水的情況會變得更嚴重，一旦口腔及咽喉部位的分泌物增多，與快速進出咽喉的氣流產生作用，就發出滾水般呼嚕呼嚕的雜音。

如果沒有發燒現象，只有單純的鼻塞及流鼻水，活動力也不差，可暫時觀察，當然藉助藥物可使情況改善，但並非絕對有效。

何時需要特別注意及送醫

(一) 連續不斷的清鼻涕

大多數幼兒是因鼻過敏或感冒引起的，服藥即可。但少數案例是腦脊髓液 (所謂的龍骨水) 外流造成，即鼻腔與大腦腔間存在裂隙，須馬上送醫診治。

(二) 黃鼻涕

鼻水顏色由透明清水狀轉為黃色黏稠狀時，表示鼻腔已感染細菌或病毒而發炎，甚至化膿，此時需要醫生以抗生素治療。

(三) 感覺呼吸吃力及氣喘

尤其在吃奶時，因為口腔被奶嘴或食物堵塞，使原本不通的鼻腔，呼吸更形困難，此時寶寶會出現煩躁不安、臉色發暗 (紺)、鼻翼煽動及胸陷等症狀。

(四) 發燒、鼻腫、嚴重咳嗽及活力不佳...等

表示存在其他較複雜的問題，如鼻竇炎或肺炎，不能掉以輕心。

在家裡父母如何幫助鼻塞的幼兒？

(一) 如果能直接看到鼻內阻塞物或分泌物，可用市售嬰兒用棉花棒沾水伸入鼻孔內 (勿超

過二公分)·將分泌物取出·因鼻腔內黏膜很脆弱·切忌太深入鼻腔·如盲目清除·會使情況變得更糟。

(二)用溼熱毛巾敷鼻子·鼻黏膜遇熱收縮後·鼻腔會較通暢·黏稠的鼻涕也容易水化流出。

(三)市售吸鼻器·效果並不理想·如果阻塞很嚴重·則請醫生以醫療用器械幫忙處理。