



過敏性鼻炎的 藥物治療

文／藥劑部 藥師 邱惠雯

鼻炎可以分為兩大類，即過敏性鼻炎與非過敏性鼻炎。過敏性鼻炎以花粉、黴菌、塵蟎、蟑螂、寵物皮屑等為主要的過敏原，患者一旦吸進這些物質，鼻子就會發癢、打噴嚏、流鼻水、鼻塞。過敏性鼻炎又可分為季節性及全年性兩種，前者依季節不同而發作，後者則整年或多或少都有鼻炎的症狀。

非過敏性鼻炎分為感染性和非感染性兩種。感染性鼻炎最常見的是病毒性鼻炎，其次是細菌性鼻炎或鼻竇炎。非感染性鼻炎，則以血管運動性鼻炎為最多。如果鼻炎症狀持續超過3個月，稱為慢性鼻炎。

過敏性鼻炎是一種和體質有關的疾病，根據統計，將近3成的人患有此症。患者除了打噴嚏、流鼻水、鼻塞之外，也會伴隨眼睛紅癢和鼻子癢，頭痛及嗅覺失靈也經常出現。最新的醫學報告顯示，過敏性鼻炎若不治療，有可能演變成氣喘。

醫師診斷的依據

過敏性鼻炎與一般感冒所引起的鼻炎，症狀非常相似，其診斷最主要的依據如下：

1.詳細病史：症狀發作時，是否與季節變化、周圍環境、家中寵物、飲食習慣、冷暖、溼度等有關？

2.有無其他感染症狀：如果同時有喉嚨痛，發燒等感冒症狀，應優先考慮是不是感冒引起的鼻炎。

3.前鼻鏡檢查：可見鼻黏膜蒼白水腫，有大量清水樣分泌物，持久性水腫可能引發鼻息肉或息肉樣變性。

4.過敏原檢測：傳統的方法是做皮膚測試及皮下測試，近年來，大部分醫院還會抽血檢測特異性免疫球蛋白E。

治療常用的藥物

治療過敏性鼻炎的首要原則是避免接觸過敏原和建立正確的衛教觀念，其次才是尋求藥物治療。藥物治療常用者有抗組織胺、解鼻充血劑、類固醇及不同種類的鼻噴劑等，醫師會針對病情給予不同的處置，若藥物效果不佳或已產生併發症，則考慮手術治療。

● 抗組織胺 (Antihistamines)

可減輕過敏性鼻炎的症狀，特別是打噴嚏、鼻癢、流鼻水。第一代抗組織胺如cyproheptadine、dexchlorpheniramine、diphenhydramine，常見的不良反應有口乾、頭暈、嗜睡。第二代抗組織胺包括cetirizine、levocetirizine、loratadine、desloratadine，副作用比第一代抗組織胺

少，且為長效型，所以每天服藥的次數可以減少。無論是服用第一代或第二代抗組織胺藥物，均應避免飲酒，因酒精會加強中樞抑制，造成嗜睡。

●解鼻充血劑

單獨使用抗組織胺往往不能改善鼻塞，解鼻充血劑包括pseudoephedrine、phenylpropanolamine等，可作為輔助治療之用。解鼻充血劑為alpha-adrenergic antagonists，藉著表面收縮來降低鼻黏膜的腫脹，副作用包括血壓上升、神經緊張、不安或失眠。

有一種局部解鼻充血劑特別適合在使用類固醇鼻噴劑之前，可以疏通鼻道，然而使用超過3-4天，容易產生反彈性充血的現象。這類製劑常用的有phenylephrine、oxymetazoline (Sindecron Nasal spray) 等。

●類固醇 (Corticosteroids)

類固醇鼻噴劑是目前西藥中最有效的一種，常用的有Budesonid (Pulmicort Nasal)、Triamcinolone acetonide (Nasacort AQ)、Fluticasone (Flixonase Nasal) 等，對鼻癢、流鼻水、打噴嚏和鼻塞都有效，但是初次使用要等7-10天才會見效。在建議劑量之下，通常不會有全身性副作用的危險。最常見的副作用是局部的刺激感。口服類固醇雖然對於解除過敏性鼻炎症狀非常有效，但易引起副作用，不能長期使用。

●肥大細胞安定劑 (Cromolyn sodium)

肥大細胞安定劑可避免組織胺釋出，預防效果佳，安全性也高，並無明顯的副作用，是老年人、小孩及懷孕婦女的優先選擇。可用局部抗膽鹼激素噴劑如

Ipratropium bromide來避免或改善流鼻水的症狀；白三烯素調節劑如Montelukast Sodium (欣流)，用於治療輕度氣喘和過敏性鼻炎，可降低運動誘發氣喘的機率，以及減少類固醇使用量。

設法遠離過敏原

過敏性鼻炎治療的根本之道首重「預防」，亦即居家環境的控制，徹底消除適合過敏原孳生的環境因子。以下簡單介紹幾種方法：

- 1.寢具如枕頭、棉被、床墊等，需定期清洗、曝曬。
- 2.室內勿用地毯、壁毯及厚重窗簾，勿購買絨毛填充玩具給小孩。
- 3.勤用吸塵器打掃環境，冷暖氣的濾網須經常清洗。
- 4.儘量保持室內乾燥，必要時得使用除濕機，可有效抑制黴菌繁殖。
- 5.不接觸寵物、家中儘量不養動物。
- 6.抽菸、喝酒、辛辣物、油炸食品等會使血管擴張、破壞鼻黏膜穩定性，應當避免。
- 7.養成良好的鼻腔清潔習慣，尤其是小孩子，當鼻涕變得較黏稠且持續數日，應將鼻涕擤出，以免鼻竇開口被阻塞而加速鼻竇炎的形成。
- 8.注意營養，如補充魚肝油或富含鈣質、維生素C的食物，以強化黏膜，增強抵抗力。☺

參考文獻：

- 1.過敏性鼻炎治療指引及其對氣喘的影響指引手冊
- 2.基層醫學 第二十一卷第十期
- 3.Kingnet國家網路醫院醫藥網MINS TAIWAN