

专家与您
面对面

过敏性鼻炎

主编 王建国 付 涛



怎么防？怎么治？

全面了解过敏性鼻炎

正确面对过敏性鼻炎的“防”与“治”

中国医药科技出版社



专家与您面对面

过敏性鼻炎

藏书

主编 / 王建国 付 涛

中国医药科技出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

过敏性鼻炎 / 王建国, 付涛主编. — 北京: 中国医药科技出版社, 2016.1

(专家与您面对面)

ISBN 978-7-5067-7459-8

I. ①过… II. ①王… ②付… III. ①过敏性鼻炎—防治

IV. ① R765.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 094024 号

专家与您面对面——过敏性鼻炎

美术编辑 陈君杞

版式设计 大隐设计

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 880 × 1230mm $1/_{32}$

印张 $3\frac{3}{4}$

字数 60 千字

版次 2016 年 1 月第 1 版

印次 2016 年 1 月第 1 次印刷

印刷 北京九天众诚印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 78-7-5067-7459-8

定价 19.80 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换



内容提要

过敏性鼻炎怎么防？怎么治？本书从“未病先防，既病防变”的理念出发，分别从基础知识、发病信号、鉴别诊断、综合治疗、康复调养和预防保健六个方面进行介绍，告诉您关于过敏性鼻炎您需要知道的有多少，您能做的有哪些。

阅读本书，让您在全面了解过敏性鼻炎的基础上，能正确应对过敏性鼻炎的“防”与“治”。本书适合过敏性鼻炎患者及家属阅读参考，凡患者或家属可能存在的疑问，都能找到解答，带着问题找答案，犹如专家与您面对面。



专家与您面对面

丛书编委会（按姓氏笔画排序）

王 策	王建国	王海云	尤 蔚	牛 菲	牛胜德	牛换香
尹彩霞	申淑芳	史慧栋	付 涛	付丽珠	白秀萍	吕晓红
刘 凯	刘 颖	刘月梅	刘宇欣	刘红旗	刘彦才	刘艳清
刘德清	齐国海	江 莉	江荷叶	许兰芬	李书军	李贞福
张凤兰	张晓慧	周 萃	赵瑞清	段江曼	高福生	程 石
谢素萍	熊 露	魏保生				



前言

“健康是福”已经是人尽皆知的道理。有了健康，才有事业，才有未来，才有幸福；失去健康，就失去一切。那么什么是健康？健康包含三个方面的内容，身体好，没有疾病，即生理健康；心理平衡，始终保持良好的心理状态，即心理健康；个人和社会相协调，即社会适应能力强。健康不应以治病为本，因为治病花钱受罪，事倍功半，是下策。健康应以养生预防为本，省钱省力，事半功倍，乃是上策。

然而，污染的空气、恶化的水源、生活的压力等等，来自现实社会对健康的威胁却越来越令人担忧。没病之前，不知道如何保养，一旦患病，又不知道如何就医。基于这种现状，我们从“未病先防，既病防变”的理念出发，邀请众多医学专家编写了这套丛书。丛书本着一切为了健康的目标，遵循科学性、权威性、实用性、普及性的原则，简明扼要地介绍了100种疾病。旨在提高全民族的健康与身体素质，消除医学知识的不对等，把健康知识送到每一个家庭，帮助大家实现身心健康的理想。本套丛书的章节结构如下。

第一章 疾病扫盲——若想健康身体好，基础知识须知道；

第二章 发病信号——疾病总会露马脚，练就慧眼早明了；

第三章 诊断须知——确诊病症下对药，必要检查不可少；



第四章 治疗疾病——合理用药很重要，综合治疗效果好；

第五章 康复调养——三分治疗七分养，自我保健恢复早；

第六章 预防保健——运动饮食习惯好，远离疾病活到老。

按照以上结构，作者根据在临床工作中的实践体会，和就诊时患者经常提出的一些问题，对 100 种常见疾病做了系统的介绍，内容丰富，深入浅出，通俗易懂。通过阅读，能使读者在自己的努力下，进行自我保健，以增强体质，减少疾病；一旦患病，以利尽早发现，及时治疗，早日康复，将疾病带来的损害降至最低限度。一书在手，犹如请了一位与您面对面交谈的专家，可以随时为您解答疑惑。丛书不仅适合患者阅读，也适用于健康人群预防保健参考所需。限于水平与时间，不足之处在所难免，望广大读者批评、指正。

编者

2015 年 10 月



目录

第1章 疾病扫盲

——若想健康身体好，基础知识须知道

你了解自己的鼻子吗 / 2

鼻周围分布着哪些主要器官 / 4

鼻腔的嗅觉是如何产生的 / 6

冷空气经过鼻腔后为何会升温 / 7

鼻腔是如何调节湿度的 / 7

什么是过敏性鼻炎 / 7

近年来过敏性鼻炎发病率有逐渐增加的趋势 / 8

过敏性鼻炎是如何发病的 / 8

哪些变应原易造成过敏性鼻炎的发生 / 9

过敏性鼻炎会传染吗 / 11

认清过敏性鼻炎的 4 个误区 / 12

常见的过敏原都有哪些 / 14

为什么以前不过敏的人，现在过敏了呢 / 15

过敏性体质和过敏是一回事吗 / 15

过敏体质遗传吗 / 16

喝酒后出现湿疹或皮炎就是酒精过敏吗 / 16

过敏性鼻炎与感冒如何辨别 / 17

老年人过敏性鼻炎能治好吗 / 18

游泳也会得鼻炎，漂白粉竟是元凶 / 20

常挖鼻孔易诱发鼻炎 / 22

大力擤鼻易患中耳炎 / 23



第2章 发病信号

——疾病总会露马脚，练就慧眼早明了

过敏性鼻炎的临床表现 / 26

儿童过敏性鼻炎的特点 / 27

过敏性鼻炎为何容易并发分泌性中耳炎 / 29

急性鼻炎与过敏性鼻炎的区别 / 31

别把过敏性鼻炎当感冒 / 32

急性鼻炎的危害 / 34

宝宝常搓鼻揉眼应排查过敏性鼻炎 / 35

过敏性鼻炎的并发症有哪些 / 37

第3章 诊断须知

——确诊病症下对药，必要检查不可少

前鼻镜检查应怎样操作 / 40

前鼻镜检查时应注意观察鼻腔内哪些情况 / 41

常用的鼻窦检查方法 / 43

临床常用哪些方法检查鼻嗅觉功能 / 46

外鼻检查时常见的病变 / 47

过敏性鼻炎的确诊常需做哪些试验检查 / 49

如何鉴别常见的8种鼻炎 / 51

第4章 治疗疾病

——合理用药很重要，综合治疗效果好

哪些药物常用来治疗过敏性鼻炎 / 56

何谓过敏性鼻炎的免疫疗法 / 58



什么是过敏性鼻炎综合治疗 / 61

肾上腺皮质类固醇激素在耳鼻咽喉科疾病中应怎样运用 / 64

抗组胺药物在耳鼻咽喉科临床中应怎样应用 / 69

孕妇过敏性鼻炎的治疗 / 70

过敏性鼻炎的中医辨证治疗 / 72

中医疗法如何治疗过敏性鼻炎 / 74

鼻炎咳嗽怎么治疗 / 78

第5章 康复调养

——三分治疗七分养，自我保健恢复早

如何正确使用鼻滴药法 / 82

过敏性鼻炎治疗小偏方 / 83

按摩治疗过敏性鼻炎 / 84

预防宝宝过敏性鼻炎 17 招 / 85

防治过敏性鼻炎的验方 / 88

冷空气过敏性鼻炎如何预防 / 89

过敏性鼻炎患者应远离宠物 / 90

第6章 预防保健

——运动饮食习惯好，远离疾病活到老

如何预防过敏性鼻炎的发生 / 94

过敏鼻炎患者的饮食调理注意哪些 / 95

哪些食物可能引发过敏性鼻炎 / 96

过敏性鼻炎的食疗方 / 99

春季要谨防过敏性鼻炎的偷袭 / 101

怎样做能远离春季过敏 / 102



冬季别让鼻子“闹脾气” / 103

家庭装修需预防过敏性鼻炎发作 / 107

过敏性鼻炎患者少叠被子防尘螨 / 107

冷水洗鼻可防治鼻炎 / 108

防治鼻炎日常要注意什么 / 109



第 1 章

疾病扫盲

若想健康身体好，基础知识
须知道





并被鼻中隔分为两半,向前通外界处称鼻孔,向后通鼻咽处称鼻后孔。每侧鼻腔又分为鼻前庭和固有鼻腔,二者以鼻阈为界。鼻阈为皮肤与黏膜的交界处,鼻前庭壁由皮肤覆盖,生有鼻毛,有滤过和净化空气功能,因其缺少皮下组织且富有皮脂腺和汗腺,所以,它不但为疖肿的好发部位而且发病时疼痛剧烈。鼻中隔由筛骨垂直板、犁骨和鼻中隔软骨构成支架,表面覆盖黏膜而成。鼻中隔的前下方血管丰富、位置浅表,外伤或干燥刺激均易引起出血。90%左右的鼻出血发生于此区,故称为易出血区即 Little 区或 Kiesselbach 区。鼻腔外侧壁自上而下可见上、中、下三个鼻甲突向鼻腔,上鼻甲与中鼻甲之间称上鼻道,中鼻甲与下鼻甲之间为中鼻道,下鼻甲下方为下鼻道。上鼻甲的后上方多数人有最上鼻甲。最上鼻甲或上鼻甲的后上方与蝶骨体之间的凹陷为蝶筛隐窝。切除中鼻甲,可见半月裂孔,它是位于中鼻道中部凹向上方的弧形裂隙,该裂隙的前上方有筛漏斗通额窦,上方圆形隆起为筛泡,其内为中筛窦。鼻泪管位于下鼻道的前上方。

鼻黏膜分两部分,位于上鼻甲与其相对的鼻中隔及二者上方鼻腔顶部的鼻黏膜区域统称为嗅区,富有感受嗅觉刺激的嗅细胞。鼻腔其余部分黏膜区域称为呼吸区,含有丰富的鼻腺。



(3) 鼻旁窦包括四个

- ①上颌窦。位于上颌骨体内，开口于中鼻道。
- ②额窦。位于额骨眉弓深面，额骨内外板之间，开口于中鼻道。
- ③蝶窦。位于蝶骨体内，开口于蝶筛隐窝。
- ④筛窦。位于筛骨迷路内，分前、中、后三群，前群和中群开口于中鼻道，后群开口于上鼻道。

鼻周围分布着哪些主要器官

鼻子周围分布着眼、耳、咽、口腔、颅脑五大器官。

(1) 鼻与眼的关系

鼻泪管上接泪囊，向下开口于下鼻道前上方，眼与鼻借此相通。若泪小管异常或泪小管至鼻泪管阻塞或狭窄，可使泪液不能排出；鼻阻塞亦可使泪液不能进入鼻腔，致发溢泪。各鼻窦与眼眶之间仅隔一薄骨板，其中有不少血管和神经通过。故鼻窦或眼眶遇有炎症、肿瘤或外伤（包括手术损伤）时，常相互影响。

(2) 鼻与耳的关系

位于鼻咽侧壁的咽鼓管咽口，适在下鼻甲后端约 1 ~ 1.5cm 处。故下鼻甲肿胀或肥厚时引起鼻塞，亦可影响咽鼓管通气和引流，而



出现耳鸣和听力下降等症状。

(3) 鼻与咽、口腔的关系

鼻腔向后止于后鼻孔并通向鼻咽部从而与口腔发生联系。后组鼻窦发炎时，其分泌物可通过后鼻孔经鼻咽自口腔排出。

(4) 鼻与颅脑的关系

鼻腔和筛窦顶壁即颅前窝底，蝶窦顶壁及侧壁即为颅中窝底，额窦后壁即颅前窝前壁。鼻腔和鼻窦与颅脑这种密切的解剖学关系，是发生鼻源性颅内并发症、鼻颅先天性疾病、鼻和鼻窦手术损伤颅内以及鼻颅复合外伤所致鼻内出血、脑脊液鼻漏和失明的解剖学因素。





鼻腔嗅区黏膜主要分布在上鼻甲内侧面和与其相对应的鼻中隔部分，小部分可延伸至中鼻甲内侧面和与其相对应的鼻中隔部分。嗅区黏膜由感觉细胞、支持细胞和基底细胞组成，感觉细胞接受嗅刺激，它们的突触汇合成嗅神经纤维，通过嗅球到达嗅觉中枢。固有层内所含的嗅腺，其分泌物能溶解到达嗅区的含气味颗粒，刺激嗅毛产生冲动，传入大脑嗅区产生嗅觉。如嗅沟阻塞、嗅区黏膜萎缩、颅前窝骨折或病变累及嗅觉径路均可导致嗅觉减退或丧失。

