

鼻 病

治疗与预防

JIATING YILIAO BAOJIAN NIBI

家庭医疗保健系列

广东旅游出版社

鼻病治疗与护理

王方凌 编著

广东旅游出版社出版发行

(广州市中山一路 30 号之一 邮码: 510600)

番禺石楼官桥彩色印刷厂印刷

(番禺市石楼官桥村)

787×1092mm 32 开 5.5 印张 93 千字

1997 年 12 月第 1 版 1997 年 12 月第 1 次印刷

印数: 1—12000 册

ISBN 7-80521-866-8

R·20 定价: 10.00 元

目 录

鼻病治疗与护理

序

第一章 鼻病概述

- (2) 鼻的构造与功能
- (5) 鼻病的种类
- (7) 鼻塞、鼻涕是鼻病的征兆

第二章 鼻病的检查法

第三章 过敏性鼻炎

- (15) 发病原因
- (24) 临床现象
- (25) 治疗
- (32) 预防方法

第四章 慢性副鼻窦炎

- (38) 发病原因

目 录

家庭医疗保健系列⑩

(40) 临床现象

(41) 治疗

(50) 预防方法

第五章 急性副鼻窦炎与急性鼻炎

(52) 急性副鼻窦炎发病原因

(52) 临床现象

(53) 治疗

(56) 急性鼻炎发病原因

(56) 临床现象

(57) 治疗

第六章 慢性鼻炎

(60) 慢性单纯性鼻炎发病原因

(60) 临床现象

(61) 治疗

目 录

鼻病治疗与护理

(65) 慢性肥大性鼻炎发病原因

(65) 临床现象

(65) 治疗

(66) 慢性萎缩性鼻炎发病原因

(66) 临床现象

(67) 治疗

第七章 鼻中隔弯曲症

(72) 鼻中隔的构造与功能

(73) 鼻中隔弯曲的成因

(74) 鼻中隔弯曲的并发症

(77) 手术是鼻中隔弯曲的最好治疗

第八章 鼻衄(鼻出血)

(80) 发病原因

(81) 临床现象

目 录

家庭医疗保健系列⑩

(81) 治疗

第九章 鼻息肉

(88) 发病原因

(88) 临床现象

(88) 治疗

第十章 鼻疳

(94) 发病原因

(94) 临床现象

(94) 治疗

第十一章 鼻咽癌

(98) 发病原因

(98) 临床现象

(99) 治疗

目 录

鼻病治疗与护理

第十二章 酒糟鼻

(108) 发病原因

(108) 临床现象

(109) 治疗

第十三章 鼻药切莫滥用

(114) 点鼻药

(116) 抗组织胺剂

(117) 副肾皮质类固醇剂

第十四章 饮食疗法

(120) 少食多餐

(120) 食品的选择

(121) 饮食不节的危害性

(124) 营养——废物——毒素

(125) 盐分摄取要控制

目 录

家庭医疗保健系列⑩

- (127) 减盐饮食的好处
- (128) 动物蛋白质切勿过量摄取
- (129) 食物“五味”莫混乱
- (130) 药膳

第十五章 介绍“简易健康法”

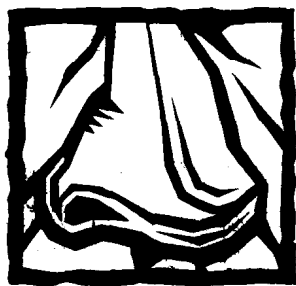
- (140) 实例介绍
- (149) 效果归纳
- (151) “简易健康法”食物介绍

第十六章 运动、指压与鼻病治疗

- (160) 运动——促进血液循环
- (160) 颈部运动
- (161) 倒立运动
- (163) 按摩运动
- (164) 穴位指压

第一章

鼻病概述



鼻的构造与功能

鼻的构造

人的鼻子是位于脸部中央的隆起部分，这是一看就清楚的。事实上，表面所见，只是鼻子的一部分而已。在脸上鼻子内里看不见的深处，还有副鼻腔这个十分复杂的部分，鼻中隔把鼻孔（外鼻孔）分为左右两边，越往内越连结成一体，直通鼻咽腔。应该说，整个鼻子，内外包括了三个部分，即外鼻、鼻腔、鼻窦。下面就分别这三个部分的构造简单介绍一下：

【外鼻】外鼻的支架由骨及软骨组成。鼻尖及鼻翼部皮肤较厚，且软骨与皮肤黏连，不易移动，故发炎时疼痛较明显。

【鼻腔】鼻腔由鼻中隔分为两半，即左、右鼻腔。在前鼻孔以内，由皮肤覆盖的部分称鼻前庭，此处有毛囊、皮脂腺及汗腺，是容易发生疖病的地方。鼻中隔前下方处的黏膜富有血管，称血管丛区（旧称立特氏区），是鼻衄最常见的部位。鼻腔外壁有三个骨性凸出部分，称为鼻甲，依其上、中、下而命名。每一鼻甲下方有一腔道，分别称为上、中、下鼻道（图1、2）。下鼻道内有鼻泪管开口。

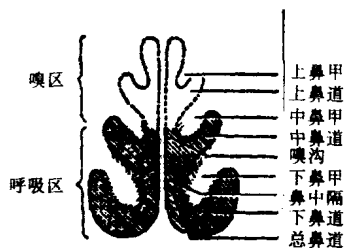


图1 鼻腔冠状切面示意图

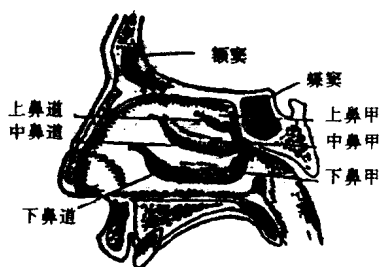


图2 鼻腔外侧壁解剖图

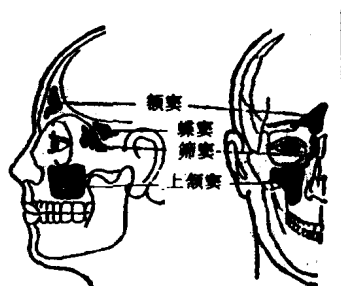


图3 鼻窦解剖位置示意图

【鼻窦】鼻窦又称副鼻窦或鼻旁窦，是位于鼻腔附近有关颅骨内的含气腔洞，借开口与鼻腔相通。两侧各有上颌窦、额窦、筛窦和蝶窦（图3）。

鼻窦开口于中鼻道者有上颌窦、蝶窦和筛窦前组，临床上统称为前组鼻窦；开口于上鼻道者有筛窦后组和蝶窦，统称后组鼻窦。这些部位的划分在临床上对各个鼻窦疾患的鉴别诊断有帮助。

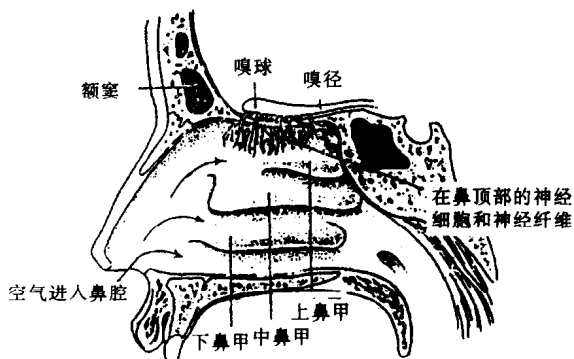


图4 鼻顶部的神经细胞和神经纤维

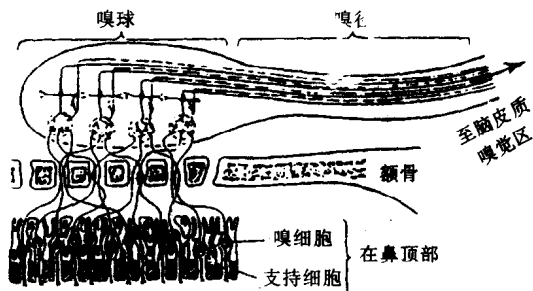


图5 鼻顶部的神经细胞和神经纤维的放大观，嗅球和嗅径

鼻的功能

鼻子具有呼吸功能，不仅能把空气送往体内，扮演着呼吸器通道的角色，而且鼻腔黏膜富有血管，能温暖或冷却空气，所以还扮演着空气通过时，把它调整至恰当温度和湿度的角色，使其适合身体状况。

鼻子里还有鼻毛、黏液等清洁空气的净化装置，能过滤吸入的空气，对下呼吸道有保护作用，打喷嚏就是排出鼻腔异物的一种保护性反射。

鼻子还具有“嗅觉功能”，嗅神经末稍分布于嗅区，能分辨各种气味。此外，它是一个空腔，对声音还起着共鸣作用，当鼻腔阻塞时可致声音改变，称为鼻音。

鼻病的种类

鼻子疾病的种类很多，有急性，有慢性，也有恶性，据不完全统计，大约有 13 种之多——这当然是指临床上经常见到的。一些不常见的如“白喉性鼻炎”、“梅毒性鼻炎”、“结核性鼻炎”等，不统计在内。这些鼻疾日夜顽固地折磨着为数实在很不少的患者，他（她）们日以继夜深受其苦，打喷嚏、流鼻涕；又因为鼻塞而造成的嗅觉迟钝、呼吸困难、头重头痛，使身体疲倦而精神萎靡，严重影响工作。

现在把一些临床上常见的鼻病简单地列述于下：

【过敏性鼻炎】这是发病率颇高的一种常见鼻疾，

由过敏物质引起，好发于春秋季节，其他节令也常见。按其临床特点的不同，一般可分为突发型和慢性型两种。

【慢性副鼻窦炎】此病也叫“蓄脓症”，患者有大量脓状的蓝色鼻涕流出，也是一种发病率很高的鼻病，与过敏性鼻炎，合称两大鼻病，几乎占了所有鼻病的70%以上。

【急性鼻炎】此病有人称为鼻子着凉或“鼻感冒”，是鼻腔内充血所引起的。好于季节交换时与感冒同时发生。

【慢性鼻炎】这是由于急性鼻炎没有完全治愈，任其反复发生而变为慢性化；也因循环系统障碍、咽喉扁桃腺肥大、鼻窦炎、大量抽烟等原因引起。

【急性副鼻窦炎】此病多为严重的急性鼻炎时，副鼻腔受到侵害而致。此外，也有其他原因如鼻腔肿物、鼻中隔偏曲、外伤、潜水诱发。

【鼻中隔弯曲症】这是由于鼻子的构造有缺陷引起的鼻病。常因为中隔弯曲，鼻腔分泌物的排泄受到阻塞而恶化成副鼻窦炎。

【慢性肥厚性鼻炎】这是慢性鼻炎所引起的症状，是鼻里的黏膜组织生出多余的部分而肿大。

【慢性萎缩性鼻炎】此症又有“臭鼻症”之称，是因为鼻黏膜变薄，形成略黑的黄绿色结痂而产生异常难闻的气味。患者以青春期的女性为多。

【鼻息肉】这是中鼻甲及鼻窦黏膜长期受慢性炎症刺激或过敏因素作用所致，严重时可使外鼻胀大变形。

【鼻衄】此症又叫“鼻流血”，是一种常见的症状，

严重时可致患者休克。鼻流血原因很多，若非找出真正原因，治疗不易奏效。

【鼻茸】此症多因鼻蓄脓症或慢性鼻炎继续恶化而发生，为鼻黏膜的组织蓄存分泌物，使鼻子肿大而为病，有时会并发恶性肿瘤。

【鼻疳】此症是常因用力拔掉鼻毛，或用不干净的手指挖鼻孔损伤皮肤而致细菌感染引起，其特点是鼻子四周红肿热痛，治不彻底易转为慢性。

【鼻癌】此症初起症状不明显，只感到轻微的鼻塞，尤其只有一边鼻孔塞住为多，且不会转移为特征，应多加警惕。

鼻塞、鼻涕是鼻病的征兆

【鼻塞】鼻塞，是一种令人不胜其烦的症状，不单是过敏性鼻炎出现，慢性副鼻窦炎出现，就是所有鼻病都出现，它几乎是鼻病共通的临床现象，所以说鼻塞是各种鼻病的征兆。

众所皆知，鼻塞大都是鼻黏膜发炎，使血液集中在毛细血管所引起的。因此，强化黏膜乃当务之急。强化黏膜的方法颇多：（一）日常饮食方面要多摄取动物的骨髓，动物骨髓中，以鸡的骨髓最有效。服用鸡汤亦可，因为鸡汤中含有蒜素、软骨素和矿物质等，人体经常补充，黏膜自逐渐强化。（二）中医有“五行”之说，把体内各器官按照胚胎学来分类，依其相互关系，

规定“相生相克”，认为鼻和大肠有“相生”的关系，加强肠的功能可强化鼻腔黏膜。所以，平常要养成规律的饮食生活，保持八分饱。而且，避免摄取过量的糖分和盐分，使大肠顺畅。（三）保持良好的血液循环。只要改善体内的血液循环，即可使血液局部分散，消除鼻黏膜的肿胀。要使血液循环良好，每天要注意以下三点：进行适度的运动；尽量使身体暖和；注意饮食生活。理由很简单，这样能使体温上升，血管扩张，血液充分循环到鼻黏膜，促使鼻塞消失。这样鼻子就会变得很通畅。

【鼻涕】几乎所有的鼻子疾病都有流鼻涕的症状。因此，鼻涕出现异常，就是某种鼻病的征兆。医生在诊断鉴别所患为何种鼻病时，鼻涕是有相当高的参考价值的，例如其流出量多少，浓稀程度和颜色如黄、绿、白、赤的不同等等。以过敏性鼻炎为例，除了打喷嚏之外，会流出又稀又多的鼻水；蓄脓症则流出又黏又稠、黄中带绿的脓鼻涕。

以下简单说明流鼻涕的情形和与疾病的关系。人之所以会流出鼻涕，除了蓄脓症为主要原因的鼻塞之外，简而言之，就是由外部气温和湿度的变化所引起的。也就是说，当鼻子的机能有了障碍，无法随着温度和湿度的突然变化而产生相应的抵抗力，使黏膜受到伤害，血管壁因而松弛，致使鼻腺急速地、无规则地分泌黏液，血液中的水分也无规则地渗透出来，然后变成许多鼻涕流了出来——这就是鼻病的先兆。