

专家与您  
面对面

# 慢性鼻炎

主编 王建国 付涛



## 怎么防？怎么治？

全面了解慢性鼻炎  
正确面对慢性鼻炎的“防”与“治”

科技出版社



专家与您面对面

# 慢性鼻炎

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

慢性鼻炎 / 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 978-7-5067-7830-5

I. ①慢… II. ①王… ②付… III. ①慢性鼻炎-防治 IV. ①R765.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 251522 号

---

## 专家与您面对面——慢性鼻炎

---

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](http://www.cmstp.com)

规格 880 × 1230mm  $1/_{32}$

印张 5

字数 79 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 978-7-5067-7830-5

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

慢性鼻炎怎么防？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，告诉您关于慢性鼻炎您需要知道的有多少，您能做的有哪些。

阅读本书，让您在全面了解慢性鼻炎的基础上，能正确应对慢性鼻炎的“防”与“治”。本书适合慢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，可以随时为您答疑解惑。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 / 3

鼻腔的嗅觉是如何产生的 / 4

什么是“肺开窍于鼻” / 5

冷空气经过鼻腔后为何会升温 / 6

鼻腔是如何调节湿度的 / 6

急性鼻炎的常见病因 / 6

慢性鼻炎的概念及形成原因 / 7

慢性肥厚型鼻炎为何会引起听力减退 / 9

什么是萎缩性鼻炎 / 10

萎缩性鼻炎的病因 / 10

治疗鼻炎不要轻信广告 / 11

急性鼻炎是什么病毒引起的？如何发病的 / 12

慢性单纯性鼻炎可以自愈吗 / 13

慢性鼻炎有何并发症 / 13

什么是交替性鼻塞、间歇性鼻塞、持续性鼻塞、渐进性鼻塞 / 14

什么是鼻甲肥大，如何确认 / 15

“鼻甲气化”是什么意思 / 17

什么是小儿鼻炎、鼻窦炎 / 17

小儿鼻炎与鼻窦炎有哪些危害 / 18

为什么鼻炎、鼻窦炎对小儿危害更大 / 19





常见的小儿鼻炎与鼻窦炎并发症有哪些 / 19

为什么儿童容易患鼻窦炎 / 24

## 第2章 发病信号

——疾病总会露马脚，练就慧眼早明了

鼻塞的常见病因 / 28

鼻涕倒流是疾病吗 / 30

慢性鼻炎——危险的癌前病变 / 31

慢性单纯型鼻炎的主要症状和体征 / 37

何谓药物性鼻炎 / 38

萎缩性鼻炎的主要症状 / 40

如何鉴别八种鼻炎 / 41

## 第3章 诊断须知

——确诊病症下对药，必要检查不可少

将“鼻甲肿大”误断为“鼻甲肥大（鼻甲肥厚）”

有何问题 / 46

慢性单纯性鼻炎与慢性肥厚性鼻炎有何区别 / 46

外鼻检查时常见的病变 / 47

前鼻镜检查应怎样操作 / 48

前鼻镜检查时应注意观察鼻腔内哪些情况 / 49

常用的鼻窦检查方法 / 50

临床常用哪些方法检查鼻嗅觉功能 / 52

儿童鼻窦炎早知道 / 53



## 第4章 治疗疾病

——合理用药很重要，综合治疗效果好

西医如何治疗慢性鼻炎 / 58

如何治疗急性鼻炎 / 60

慢性单纯型鼻炎应怎样治疗 / 62

慢性肥厚型鼻炎的临床表现及治疗 / 64

萎缩性鼻炎的治疗方法 / 67

肾上腺皮质类固醇激素在耳鼻咽喉科疾病中应怎样运用 / 69

抗组织胺药物在耳鼻咽喉科临床中应怎样应用 / 73

怎样治疗鼻炎引起的头痛 / 74

鼻病患者如何选用滴鼻药 / 75

低温等离子治疗鼻炎 / 78

儿童鼻窦炎的治疗和康复 / 81

儿童变态反应性鼻炎如何治疗 / 82

慢性鼻炎 / 慢性鼻窦炎常用药物 / 87

如何治疗干燥性鼻炎 / 88

萎缩性鼻炎的中西医治疗 / 94

孕期鼻炎如何治疗 / 101

慢性鼻炎滥用手术疗法是极大的危害 / 102

患了鼻炎，如何正确选用中成药治疗 / 109

雾化吸入疗法的适应证和特点有哪些 / 112

慢性鼻炎手术治疗的适应证是什么 / 113

哪些情况下应慎重选择手术治疗 / 114

手术治疗慢性鼻炎为何容易引起继发性萎缩性鼻炎 / 115

慢性鼻炎伴有鼻息肉、鼻中隔偏曲、变态反应性鼻炎、慢性鼻窦炎等病时如何治疗 / 115



洗鼻法对慢性鼻炎是否有效 / 116

## 第5章 康复调养

——三分治疗七分养，自我保健恢复早

鼻炎患者日常生活应注意什么 / 118

怎样预防急性鼻炎的发生 / 120

慢性鼻炎患者应注意什么 / 120

鼻炎防治误区要警惕 / 121

鼻炎会导致记忆力减退 / 122

小儿鼻衄和鼻炎怎样护理 / 122

十大常见错误服药方法 / 123

应该如何应对“难以治愈”的慢性鼻炎 / 127

## 第6章 预防保健

——运动饮食习惯好，远离疾病活到老

如何正确使用鼻滴药法 / 134

给孩子擤鼻涕的正确方法 / 135

给孩子擤鼻涕应该注意什么 / 137

慢性鼻炎造成的困扰有哪些 / 138

预防鼻炎的方法 / 138

冷水洗鼻可防治鼻炎 / 139

常挖鼻孔易诱发鼻炎 / 140

防治鼻炎的食疗方 / 142

冬季别让鼻子“闹脾气” / 143

预防鼻炎的12招 / 146

如何预防儿童鼻窦炎 / 147



## 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

你知道自己鼻子的结构吗？下面我们来详细了解一下：

(1) 外鼻：以鼻骨和鼻软骨为支架，外被皮肤、内覆黏膜，分为骨部和软骨部。软骨部的皮肤因其富含皮脂腺和汗腺，成为痤疮、酒渣鼻和疔肿的好发部位。外鼻与额相连的狭窄部称鼻根，向下延续为鼻背，末端称鼻尖，鼻尖两侧扩大称为鼻翼。

(2) 鼻腔：是由骨和软骨及其表面被覆的黏膜和皮肤构成。鼻腔内衬黏膜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，它不但是疔肿的好发部位，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：①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,引发溢泪。

②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,正好在下鼻甲后端约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,出现耳鸣和听力下降等耳部症状。

(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。

## 鼻腔的嗅觉是如何产生的

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。

## 什么是“肺开窍于鼻”

鼻是气体出入的通道，与肺直接相连，所以说，鼻为肺之窍。鼻的通气 and 嗅觉作用，必须依赖肺气的作用，肺气和畅，呼吸调匀，嗅觉才能正常，所以说“肺气通于鼻，肺和则鼻能知香臭矣”（《灵枢·脉度》篇）。鼻为肺窍，因此鼻又成为邪气侵袭肺脏的通道。在病理上，肺部的疾病，多由口鼻吸入外邪所引起。肺气正常，则鼻窍通利，嗅觉灵敏；若肺有病，则可出现鼻塞、流涕、嗅觉异常，甚则鼻翼扇动、呼吸困难等症。故临床上，可把鼻的异常表现，作为推断肺病变的依据之一。在治疗上，鼻塞流涕，嗅觉失常等疾病，又多用辛散宣肺之法，如针刺耳部肺穴可治鼻息肉、慢性鼻炎等疾病，就是根据“肺开窍于鼻”这一理论做指导的。





## 冷空气经过鼻腔后为何会升温

鼻腔呼吸区黏膜面积较大，其固有的上、中、下三个鼻甲及相应的三个鼻道亦增大了黏膜与空气的接触面积，黏膜下毛细血管丰富；当冷空气进入鼻腔，鼻甲和鼻道黏膜下血管像暖气片一样对其起到加温作用。据测试：0℃的冷空气经鼻、咽进入肺部，温度可升至36℃，与人体正常体温基本接近，可见鼻腔对冷空气具有明显的加温作用。

## 鼻腔是如何调节湿度的

鼻腔呼吸区黏膜的无纤毛柱状细胞表面有丰富的微绒毛，黏膜下层含丰富的黏液腺和浆液腺及杯状细胞，能分泌大量的黏液和浆液，对空气起到加湿作用。

## 急性鼻炎的常见病因

急性鼻炎是鼻黏膜的急性感染性疾病。全年均可发病，但以秋、冬、春季节交替时易于发病。其常见的致病病毒为鼻病毒、腺病毒、