

《百姓合理用药一册通晓》丛书

丛书总主编 黄正明 贾万年



中国医药教育协会成人教育委员会 组织编写



喷嚏、清水样涕、鼻塞、鼻痒，挥之不去的烦恼……

你真正认识慢性鼻炎吗？得了这个病，该怎样治疗？如何调养？



慢性鼻炎

合理用药一册通晓

医学专家为你详细解答

分册主编 韦述达

慢性鼻炎反复发作很烦恼，
得了这个病该怎么办？
合理用药，一册通晓



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

《百姓合理用药一册通晓》丛书

中国医药教育协会成人教育委员会
组织编写



慢性鼻炎

合理用药一册通晓

医学专家为你详细解答

MANXING BIYAN HELI YONGYAO YICE TONGXIAO

丛书主编 黄正明 贾万年

分册主编 韦述达

副主编 郑伟

编委 (以姓氏笔画为序)

朱宇 杨博 张昌明



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

慢性鼻炎合理用药一册通晓 / 韦述达主编. — 北京: 人民军医出版社, 2016. 1
(百姓合理用药一册通晓丛书)

ISBN 978-7-5091-9031-9

I. ①慢… II. ①韦 III. ①慢性鼻炎—用药法 IV. ①R765.210.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 003586 号

策划编辑: 焦健姿 文字编辑: 伦踪启 卢紫晔 责任审读: 黄栩兵

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市100036信箱188分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300—8152

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 三河市春园印刷有限公司

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 7.5 字数: 82千字

版、印次: 2016年1月第1版第1次印刷

印数: 0001—4000

定价: 20.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

《百姓合理用药一册通晓》丛书

总主编 黄正明 贾万年

副总主编 王仁杰 高远征 张二明

第一辑

《慢性咽炎合理用药一册通晓》
《慢性肝炎合理用药一册通晓》
《月经病合理用药一册通晓》
《女性更年期合理用药一册通晓》
《性病合理用药一册通晓》
《胃肠道溃疡合理用药一册通晓》
《胆囊炎胆石症合理用药一册通晓》
《癫痫合理用药一册通晓》
《新生儿合理用药一册通晓》
《高血压合理用药一册通晓》
《糖尿病合理用药一册通晓》
《脂肪肝合理用药一册通晓》
《血脂异常合理用药一册通晓》
《睡眠障碍合理用药一册通晓》
《冠心病合理用药一册通晓》
《脱发合理用药一册通晓》
《阴道炎症合理用药一册通晓》
《皮肤病合理用药一册通晓》

第二辑

《中风合理用药一册通晓》
《前列腺病合理用药一册通晓》
《不孕不育合理用药一册通晓》
《肺结核合理用药一册通晓》
《便秘合理用药一册通晓》
《肾盂肾炎合理用药一册通晓》
《痛风合理用药一册通晓》
《类风湿关节炎合理用药一册通晓》
《支气管哮喘合理用药一册通晓》
《慢性支气管炎合理用药一册通晓》
《肿瘤化疗合理用药一册通晓》
《慢性肾病合理用药一册通晓》
《乳腺疾病合理用药一册通晓》
《慢性疼痛合理用药一册通晓》
《男科病合理用药一册通晓》
《慢性鼻炎合理用药一册通晓》
《阿尔茨海默病合理用药一册通晓》
《颈椎病合理用药一册通晓》

内 容 提 要

慢性鼻炎是耳鼻咽喉科的一种常见病和多发病，对人体带来的危害极大。编者分5章系统地介绍了慢性鼻炎、鼻窦炎的概况、合理用药常识、辅助治疗及防治方法等。本书语言通俗易懂，内容深入浅出，适合广大患者家庭阅读参考。

丛书序言

本书是《百姓合理用药一册通晓》丛书第二辑的一本。该系列丛书是由中国医药教育协会成人教育委员会组织国内众多医药学专家和学者编写的奉献给普通百姓的合理用药、保障健康的一份厚礼。

《百姓合理用药一册通晓》系列丛书第一辑（18本），已于2012年底经人民军医出版社出版，通过全国发行，现已成为百姓防病治病、简单易懂的系列读物之一。尤其配合当前在全国开展的“中央财政支持社会组织示范项目——慢病防治健康行”的活动，发挥了非常大的作用，成为大众喜闻乐见的一套丛书，因此被选定为“慢病防治健康行”活动的推荐用书。

为了满足全国广大民众的需要，在编写出版此套丛书第一辑的基础上，续编《百姓合理用药一册通晓》丛书第二辑（18本），两套丛书基本涵盖了人类常见而多发疾病的合理用药。全套丛书（36本）的特点是以百姓常见疾病为主线，以病论药，合理选用，比较贴近大众，通俗易懂，从多方

面、多角度宣传合理用药知识，提高患者自我保健意识，普及基本用药常识。

当前，临床不合理使用药物的现象尤为普遍，虽然国家曾三令五申，要求临床合理用药，确保患者生命安全，但临床滥用药物、致人损命的现象时有发生，屡禁不止，给国家、社会、家庭、个人带来极大的伤害。在不合理用药现象丛生的今天，编写《百姓合理用药一册通晓》系列丛书，旨在提高全民合理用药意识，使人人关爱健康，真正做到合理用药从我做起，避免滥用药物或乱选药，确保用药安全、有效、简便、经济。

本套《百姓合理用药一册通晓》系列丛书的出版，集参与编写的医疗、药学专家，学者多年实践经验的总结，具有很强的临床实用性和百姓学习指导性。它不仅是医务工作者和相关专业人员的参考书，也是百姓守护健康的家庭必备工具书，在此代表中国医药教育协会成人教育委员会向直接参与本套丛书编写和支持出版的各位专家、学者们与相关医药企业及人民军医出版社为此付出的艰辛努力表示衷心的感谢！

黄正明 贾万年



鼻是呼吸道门户，是吸进新鲜空气，吐故纳新的第一通道。中医学有“肺开窍于鼻”之说，是人体重要的外部器官，在呼吸过程中发挥着重要作用，并有调节温度、湿润和清洁的作用。鼻腔虽然是局部器官，对人体健康却是一个晴雨表，一旦鼻腔患病，就会影响人们的日常生活。随着人们生活节奏加快，城市生活现代化，汽车尾气、雾霾天气、各种化妆品、装饰材料和食品添加剂等都是引起鼻炎、鼻窦炎的原因。当今社会患鼻炎、鼻窦炎的人数逐年增加，且越来越趋于低龄化，对人体的危害极大。因此，患了鼻炎、鼻窦炎一定要及时治疗，把疾病控制在萌芽状态，以免酿成大病。

为了帮助患者自己了解和掌握合理用药知识，解除痛苦，我们编写了本书。全书共分5章系统地介绍了慢性鼻炎、鼻窦炎的基础理论、中西医合理用药、辅助治疗，以及健康生活方式对慢性鼻炎、鼻窦炎的防治作用等知识。本书语言通俗易懂，内容深入浅出，适合广大慢性鼻炎、鼻窦炎患者阅读。

编 者

目 录

CONTENTS

第1章 未雨绸缪 慢性鼻-鼻窦炎认知上的差异

第一节	呼吸道门户——认识一下我们的鼻及鼻窦	2
	外鼻的构造	2
	你知道鼻内的构造是怎样的吗	3
	鼻窦的解剖区别如何	4
	鼻的血管及神经	5
	鼻黏膜有何特点	5
第二节	鼻是天然空气净化器——了解鼻及鼻窦的功能	7
	鼻腔的生理功能	7
	鼻窦的生理功能	8
	鼻腔的分泌物有什么作用	8
	人们为什么鼻涕眼泪一起流	8
第三节	全面认识慢性鼻-鼻窦炎这个庞大的家族	10
	慢性鼻炎的分类	10
	急性鼻炎的病因及诊断	11
	急性鼻炎对人体有哪些危害	12
	慢性鼻炎的病因及诊断	13
	慢性鼻炎会出现哪些并发症	14
	变应性鼻炎发病机制有哪些	15
	变应性鼻炎诊断指南主要有哪些	15



变应性鼻炎的症状	15
变应性鼻炎会出现哪些并发症	16
常年性与季节性变应性鼻炎的区别	16
“同一气道同一疾病”怎样理解	16
什么是干燥性鼻炎	17
什么是萎缩性鼻炎	17
非变应性鼻炎包括哪些	17
什么是血管运动性鼻炎	18
什么人易患职业性鼻炎	18
激素诱发性鼻炎有哪些	19
药物性鼻炎常发生在哪些人群	19
小儿变应性鼻炎与感冒有区别吗	20
小儿鼻-鼻窦炎与腺样体肥大之间有联系吗	20
鼻窦炎如何分类	21
急性鼻窦炎的诊断特点是什么	21
慢性鼻窦炎部位不同表现有不同	22
鼻窦炎可出现哪些严重并发症	23
真菌性鼻窦炎如何发现	23
第四节 全程无忧——慢性鼻-鼻窦炎的再认识	25
慢性鼻-鼻窦炎与烟酒有关吗	25
经常擤鼻对人体有害吗	26
慢性鼻-鼻窦炎与耳聋有关吗	27
如何理解鼻源性头痛	27
为什么冬季容易患慢性鼻-鼻窦炎	28
慢性鼻-鼻窦炎的影响因素	29
慢性鼻-鼻窦炎需做哪些检查	29
患有慢性鼻-鼻窦炎如何看医生	30
慢性鼻-鼻窦炎会恶变吗	31
空鼻综合征是怎么回事，有那么可怕吗	32

第2章 享受百味人生 慢性鼻-鼻窦炎的合理用药

第一节 成年人用药依据因果关系.....	37
慢性鼻-鼻窦炎的治疗原则是什么	38
慢性鼻-鼻窦炎的病因治疗	38
鼻内用糖皮质激素如何应用	39
如何使用鼻内减充血药	41
慢性鼻-鼻窦炎抗生素使用方法	41
萎缩性鼻炎如何治疗	41
干燥性鼻炎如何治疗	43
干酪性鼻炎如何治疗	43
鼻腔冲洗疗法如何操作	44
如何使用鼻喷剂	45
变应性鼻炎药物的治疗原则	46
什么是变应性鼻炎阶梯治疗方案	47
变应性鼻炎的免疫学治疗方法是什么	47
急性鼻窦炎的治疗原则	48
上颌窦穿刺对慢性鼻窦炎有效吗	49
儿童鼻-鼻窦炎患者用药需谨慎	50
第二节 特殊人群如何合理用药.....	50
慢性鼻窦炎的治疗	51
鼻腔冲洗对儿童有效吗	52
什么是负压置换疗法	53
老年鼻-鼻窦炎用药有讲究	53
鼻腔分泌物促排药如何使用	54
妊娠期鼻-鼻窦炎如何治疗	55
慢性鼻-鼻窦炎乱用药后患无穷	57
第三节 慢性鼻-鼻窦炎用药应走出误区	57
慢性鼻-鼻窦炎切莫随意自我用药	59

鼻喷剂能长期使用吗	59
为什么长期使用减充血药会产生药物性鼻炎	60
慢性鼻-鼻窦炎乱用抗生素会诱发真菌性鼻窦炎	60
老年人、儿童慢性鼻-鼻窦炎用药有区别	61

第3章 中医中药治疗慢性鼻-鼻窦炎

第一节 中医中药治疗慢性鼻-鼻窦炎可靠有效	64
中医如何认识治疗慢性鼻-鼻窦炎	64
扶正祛邪，标本兼治治疗慢性鼻-鼻窦炎	65
中医整体观念在慢性鼻-鼻窦炎防治中的体现	67
中医如何分析治疗慢性鼻-鼻窦炎	69
慢性鼻-鼻窦炎常用中药有哪些	69
针灸疗法在慢性鼻-鼻窦炎中的应用	72
第二节 慢性鼻-鼻窦炎怎样用中药才正确	74
中医中药治疗慢性鼻-鼻窦炎绝对安全吗	74
中药汤剂的煎煮对疗效有影响吗	74
服用中药应注意什么	76

第4章 防患未然 健康的生活方式使你远离慢性鼻-鼻窦炎

第一节 日常生活、衣食住行合理安排	80
易患慢性鼻-鼻窦炎患者应注意季节变化	80
要有合理的膳食调节	81
经常保持室内空气新鲜	81
冬春季节避免到人群集中的地方	82
养成自我保健意识	82
第二节 建立良好的生活方式	83
冬春季节多做户外运动，参加体育锻炼	83



.....

.....

第5章



第 1 章

未雨绸缪 慢性鼻-鼻窦炎

认知上的差异

人在呼吸的时候，鼻腔不只是空气的交换入口，由于鼻腔组织结构的特殊性，是空气的调节器，在呼吸过程中发挥了重要作用，并有调节温度、湿润和清洁作用。鼻腔虽然是一个局部器官，对人体健康是一个晴雨表，一旦鼻腔患病会影响我们的日常生活。

随着人们生活节奏加快，城市生活现代化，汽车尾气、雾霾天气、各种化妆品、装饰材料和食品添加剂等都是引起鼻-鼻窦炎的原因，当今社会患鼻-鼻窦炎的人数逐年增加。年龄也趋于低龄化，也成为一种职业性疾病。了解鼻-鼻窦炎是怎么回事？它的原因何在？如何把握我们的生活节奏和借助于药物把疾病拒之门外，是我们要关心的话题。

第一节 呼吸道门户——认识一下我们的鼻及鼻窦

慢性鼻-鼻窦炎是我们生活中常见的疾病，要想了解慢性鼻-鼻窦炎是一种什么样的疾病，就需要了解它的复杂结构，人体的五官通过呼吸道、血液循环、骨骼及咽鼓管等腔道实现了亲密联系。



外鼻的构造

鼻是人体呼吸道的起始部，也是嗅觉器官，位于面部的中心。从外表上看，上窄下宽，类似三角形，称之为外鼻。外鼻由鼻骨和软骨作支架，被覆皮肤和少量皮下组织。骨部表面的皮肤薄而松弛，软骨部表面的皮肤较厚，富含皮脂腺和汗腺，痤疮和酒渣鼻可发生于软骨部的皮肤。



外鼻上部较窄与额部相连的部分称鼻根，向下延成鼻背，末端为鼻尖。鼻尖两侧呈弧状隆突的部分称鼻翼，在呼吸困难时，可见鼻翼扇动。小儿呼吸困难时，鼻翼扇动更为明显。从鼻翼向外下方到口角

的浅沟称鼻唇沟。正常人两侧鼻唇沟的深度对称，面神经瘫痪时，瘫痪侧的鼻唇沟变浅或消失。鼻子的外表有魁梧、弱小等不同形状，由于鼻腔的病变，时常会波及鼻子的外表，如萎缩性鼻炎可呈鞍鼻，鼻梁宽而扁平。

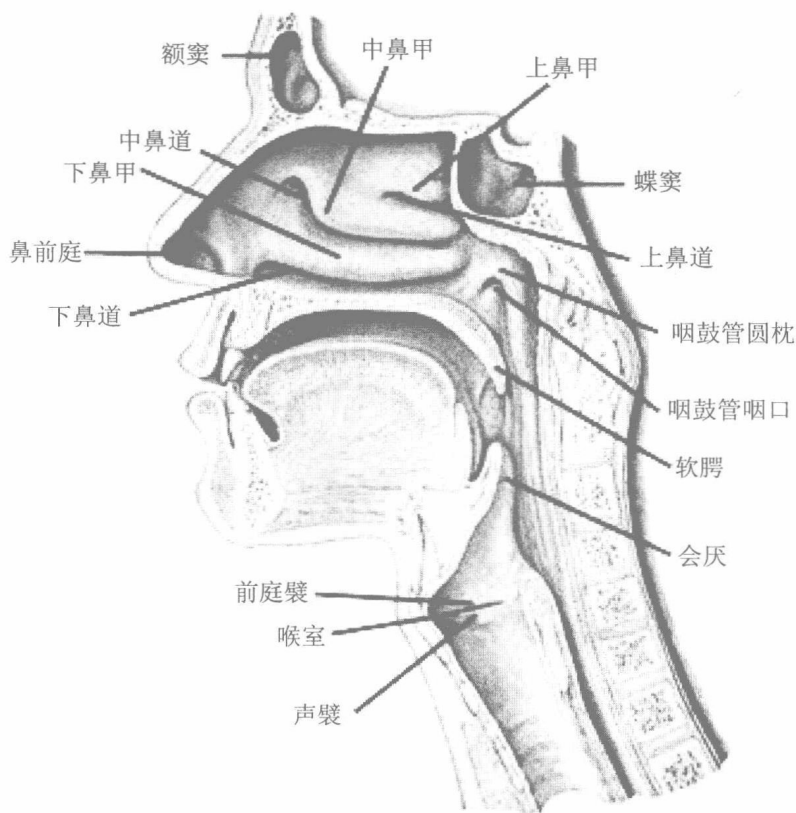


图1-1 鼻腔、口腔、咽和喉的正中矢状面



你知道鼻内的构造是怎样的吗

鼻腔为一顶窄底宽的狭长腔隙，前起前鼻孔，后止于后鼻孔，与鼻咽部相通。被鼻中隔分隔为左右两腔，每侧鼻腔包括鼻前庭及固有鼻腔两部分。鼻腔的外侧附着有上、中、下鼻甲（图1-2），各鼻甲黏膜下有黏液腺分泌黏液，有湿润空气作用。



图1-2 鼻窦（矢状面观）



鼻窦的解剖区别如何

鼻窦有4对，即额窦、筛窦、上颌窦及蝶窦。

（1）额窦：位于额骨的下部，后壁为一薄骨板与颅前窝相隔，底壁相当于眼眶的内上角，甚薄。发生急性额窦炎时，此处有明显的压痛。

（2）筛窦：位于眼眶与鼻腔外上方之间的筛骨内，由极薄的小骨板组成蜂窝状小气房，分前后组。其外侧面与眼眶的内侧面为纸样板，菲薄如纸，故筛窦或眼眶炎症可互相感染。

（3）上颌窦：居于上颌骨体内，为鼻窦最大的一对，其平均容量约13毫升。上颌窦的开口位置较高，不利于引流，故比其他的窦易发炎。

（4）蝶窦：位于鼻腔后上方蝶骨体内，其顶、外、后壁均借骨板与颅中窝及颅后窝相隔，与眶尖关系密切，故蝶窦炎时可引起视神经