

08 | 鼻噴劑怎麼用才有效？類固醇鼻噴劑會傷身嗎？

鼻噴劑依藥理作用分為數種，用途、藥效發揮速度與可持續使用天數各不相同。取得鼻噴劑時，請先確認屬於哪一種；若不確定，可攜至診所詢問醫師或護理師。

鼻噴劑的種類

種類	常見用途	藥效發揮速度	使用重點
血管收縮劑（鼻塞噴劑，市面上可直接購買）	感冒、急性鼻塞的短期緩解	數分鐘內	一次感冒最多連續使用 3 至 5 天，久用會越噴越塞
類固醇鼻噴劑	鼻過敏、慢性鼻炎、鼻竇炎	逐漸起效，規律使用數天至一兩週效果漸達最佳	每天固定使用，並非鼻塞時才噴
抗組織胺鼻噴劑（或與類固醇的複方）	鼻癢、打噴嚏、流鼻水	較快，約數十分鐘	可能有苦味，少數人會嗜睡
生理食鹽水鼻噴劑	清潔、保濕鼻腔	—	不含藥物，可日常使用

正確使用方式

1. 先輕輕擤鼻；有沖洗鼻腔習慣者，先沖洗、再噴藥。
2. 使用前先搖勻。第一次使用或久未使用時，先對空中試噴數下，直到噴出均勻的霧狀。
3. 頭部微微前傾，噴頭輕放在鼻孔口，不要深入頂住鼻腔。
4. 噴頭朝向外側（約朝同側眼角方向），避免對著鼻中隔（鼻腔中間的隔板）噴，可減少流鼻血。
5. 噴藥時輕輕吸氣，不要用力猛吸；喉嚨感到些許藥味屬正常現象。
6. 噴完後暫勿立即擤鼻；擦淨噴頭、蓋好蓋子，不與他人共用。

民眾常見問題

類固醇鼻噴劑會不會傷身？ 劑量已經很低，且僅作用於鼻腔，進入全身的量極少，與口服或注射類固醇不同。依醫師指示長期使用是安全的。

會不會上癮、越噴越塞？ 類固醇鼻噴劑不會；會越噴越塞的是血管收縮劑鼻噴劑。

噴了好像沒有效果？ 類固醇鼻噴劑需每天規律使用一段時間才會明顯改善，請勿使用兩三天覺得無效就停用，也勿自行加量或改用鼻塞噴劑。

鼻子乾燥、鼻涕帶血絲？ 多半是噴到鼻中隔造成刺激，請先確認噴藥方向。

症狀改善後可以停藥嗎？ 請與醫師討論減量或停藥時機；季節性過敏者可與醫師討論使用期間。

懷孕可以使用嗎？ 部分鼻噴劑懷孕期間可以使用，看診時請先告知醫師是否懷孕或哺乳，以及有無藥物過敏。

兒童也可使用類固醇鼻噴劑

家長常擔心會影響身高。**較新的類固醇鼻噴劑在建議劑量下，對孩童生長的影響很小**，依醫師處方的藥物與劑量使用即可，請勿自行停藥。鼻過敏控制良好，夜間睡眠品質與白天精神相對也會更好，對生活、學習與社交都有幫助。孩童若同時使用吸入、口服或外用類固醇，請一併告知醫師。

回診時機

經常流鼻血、鼻子持續疼痛、使用一段時間仍未改善，或對用法有任何疑問，歡迎回診；也可將鼻噴劑帶來，請醫師或護理師確認您的使用方式。

本衛教單提供一般性資訊，實際檢查與治療請依醫師指示。

吉禾診所 | 新北市新店區民族路 42 號 | 電話 (02) 2916-0808