

09 | 黃鼻涕、臉頰脹痛，是鼻竇炎嗎？

多數急性鼻竇炎伴隨感冒而來，由病毒引起，會逐漸痊癒；少數為細菌感染，才需要抗生素。黃綠色鼻涕本身，無法判定為細菌感染。

認識鼻竇炎

鼻竇是臉部骨骼內的小空腔，與鼻腔相通。感冒時鼻黏膜腫脹，鼻竇內的分泌物無法順利排出，就可能引起發炎。常見症狀包括：

- 鼻塞、濃稠的黃綠色鼻涕、鼻涕倒流
- 臉頰、額頭或眼睛周圍悶脹疼痛，低頭時更明顯
- 嗅覺變差、咳嗽，有時上排牙齒會痠痛

鼻竇炎的症狀與牙齒問題、鼻過敏有時相似，無法僅憑疼痛位置自行判斷。

抗生素的使用

並非一定需要。醫師會依症狀變化、嚴重程度與檢查結果判斷，有需要時才開立抗生素；開立後請依處方天數服用完畢，勿因症狀稍有改善就自行停藥，也勿自行加服。

藥物治療

- 請醫師檢查、評估後開立適合的藥物治療。鼻噴劑與口服藥可使鼻黏膜消腫、減輕臉部脹痛，並幫助分泌物排出。
- 血管收縮劑鼻噴劑（鼻塞噴劑）一次感冒最多連續使用 3 至 5 天。
- 看診時請告知醫師：有無胃潰瘍、腎臟病、懷孕或藥物過敏。若僅單側出現臭味鼻涕、牙痛，或近期曾接受牙科治療，也請主動說明。

輔助照護

- 生理食鹽水沖洗鼻腔：幫助鼻竇分泌物排出。
- 睡眠時墊高頭部：可減輕夜間鼻塞與鼻涕倒流；適用於成人與較大兒童，嬰兒請勿使用枕頭。
- 補充足夠水分：使鼻涕較不黏稠、容易排出。心臟或腎臟疾病需限制水分者，請依醫師指示。

初次就診不一定需要影像檢查；若反覆發作、僅單側症狀或病程不典型，醫師會安排鼻腔內視鏡、影像檢查或轉診。

立即就醫：眼睛周圍紅腫、眼球轉動時疼痛、視力模糊或出現複視（看東西有兩個影子），或劇烈頭痛、頸部僵硬、意識不清、額頭腫脹。

回診時機

鼻塞、黃鼻涕或臉部脹痛持續數日、影響生活品質，或原本好轉又再惡化、再次發燒，皆可回診檢查。不確定是否為鼻竇炎，也歡迎就診。

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