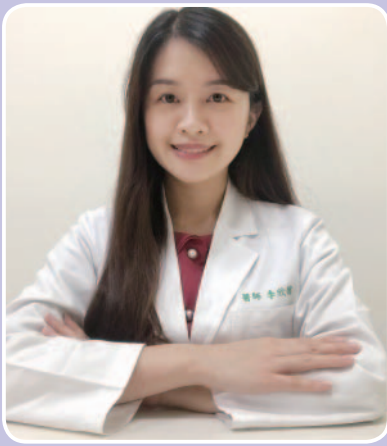


聰明使用鼻噴劑

◎林口長庚兒童過敏氣喘風濕科醫師 李欣儒

◎林口長庚兒童過敏氣喘風濕科主治醫師 姚宗杰 校閱



專長 | 兒童過敏疾病、一般兒科疾病

過敏性鼻炎是相當常見的過敏疾患，台灣兒童過敏性鼻炎的盛行率就高達近 4 成。過敏性鼻炎起因於人體在接觸過敏原後，產生特異性免疫球蛋白 E (IgE) 抗體，而引發一系列的鼻黏膜過敏發炎反應。主要症狀為鼻塞、流鼻涕、鼻搔癢、打噴嚏等，亦可能間接引發流鼻血、嗅味覺減低、頭痛、咳嗽、張嘴呼吸及打呼等症狀。常見的合併症包含結膜炎、鼻竇炎、氣喘、濕疹、中耳炎及睡眠障礙等。

過敏性鼻炎的風險因子

容易得到過敏性鼻炎的風險因子，包括家族遺傳、環境、飲食及過敏原暴露等眾多因素。依據症狀持續性及嚴重度可分為 4 個類別——輕度間歇型、中重度間歇型、輕度持續型及中重度持續型。有症狀的時間在 1 週內超過 4 天、且持續超過 4 週稱為持續型，反之則歸類為間歇型；而嚴重度則依據症狀影響患者生活品質的程度來評估。症狀的表現因過敏原的暴露會有季節性和區域性，可能與花季、空污等相關；若過敏原來自家中塵蟎或寵物毛屑等，則症狀表現可能多為持續型。

過敏性鼻炎的診斷與治療

過敏性鼻炎的診斷以臨床症狀評估為主，可輔以過敏原檢測但並非診斷所需的必要條件。治療主要分為 3 種方式：避免接觸過敏原及生活照護中的惡化因素、藥物治療以及免疫療法，極少數嚴重患者會需要用到手術治療。避免接觸過敏原及惡化因素，包括清除環

境存在的已知過敏原、預防暴露於其他可能的過敏原及惡化因素。免疫療法則是指經由皮下或舌下規則地給予純化的過敏原，誘使過敏耐受性產生的減敏治療，通常是在避免過敏原暴露及藥物治療仍無法良好控制、或有藥物不良反應等情況時才考慮。至於過敏性鼻炎的藥物治療，有口服藥物與鼻噴劑：口服藥物包含抗組織胺、去充血劑、類固醇及抗白三烯調節劑；鼻噴劑則包含抗組織胺、去充血劑、類固醇、Cromolyn sodium 及抗膽鹼藥物。

一線的口服藥物多為使用抗組織胺，可合併去充血劑加強症狀緩解，但去充血劑不可長期使用，現以使用較低鎮靜副作用且長效的第二代抗組織胺為主。抗白三烯調節劑適用於過敏性鼻炎同時合併氣喘的患者，其效果可約略相當於口服抗組織胺。口服類固醇全身性副作用多，症狀嚴重時才短期使用。

除口服藥物外，另一治療選擇就是鼻噴劑。鼻噴劑種類繁多，該如何做出合適的選擇以及正確使用呢？

● 鼻噴劑的選擇及使用

類固醇鼻噴劑是過敏性鼻炎相當有效的維持性治療藥物，能有效改善鼻黏膜發炎，症狀緩解比口服抗組織胺或抗組織胺鼻噴劑效果好，甚至也可同時改善結膜炎症狀，只是使用後需 6~12 小時才開始有作用，效果最佳的時間需數天才能達到，因此需持續規則使用才能有較好的療效。少數研究認為類固醇鼻

噴劑合併口服抗組織胺一起使用並不見得有比較好的效果，但合併抗組織胺鼻噴劑也許能縮短達到症狀緩解需要的時間，不過需考量合併使用時副作用可能增加的情況。類固醇鼻噴劑因劑量低，且局部作用，所以副作用比率很低，少數可能發生局部副作用，如鼻出血、乾燥、刺激、灼熱、疼痛感等，罕見鼻中膈穿孔或全身性副作用。類固醇鼻噴劑種類很多，新一代類固醇鼻噴劑因安全性較高而較被廣泛使用。

相較於類固醇鼻噴劑，抗組織胺鼻噴劑的優點是作用效果快，15 分鐘內就可作用，但缺點是症狀緩解程度不如類固醇鼻噴劑，因此使用時機較適合間歇型較輕微的過敏性鼻炎，也就是需要時才使用；其效果和口服抗組織胺相當，但副作用較輕微，患者使用抗組織胺鼻噴劑時，有時藥物倒流到口腔會產生苦味。

Cromolyn sodium 是一種肥大細胞穩定劑，沒有明顯副作用，算是相當安全的藥物，但相對類固醇及抗組織胺鼻噴劑的效果來得差，還有一缺點是給藥頻率為 1 天需 3~4 次；因可對抗立即性過敏原反應，因此於過敏原暴露前 30 分鐘給藥，可預防過敏症狀的發生。

鼻內去充血劑針對鼻塞的療效很好，搭配類固醇鼻噴劑可加強鼻塞症狀的改善，缺點是長期使用於停藥後可能會產生反彈性鼻充血造成嚴重鼻塞，引發藥物性鼻炎，因此不建議連續使用超

過 3~7 天。

鼻內抗膽鹼藥物對治療鼻涕效果佳，但是對於其他鼻炎症狀沒有療效，僅適用於加強改善鼻涕症狀，對過敏性與非過敏性的鼻涕都有效。

治療過敏性鼻炎建議採取階梯式治療，症狀為輕度間歇型的患者，可使用口服二代抗組織胺、抗組織胺鼻噴劑或 Cromolyn sodium 鼻噴劑，而中重度間歇型或任何嚴重度的持續型患者，則以類固醇鼻噴劑作為首選藥物，需要時可再合併抗組織胺鼻噴劑以達到較好療效，也可針對鼻塞或鼻涕症狀分別加上鼻內去充血劑或鼻內抗膽鹼藥物。兩歲以下孩童少有藥物臨床試驗佐證資料，建議由兒童過敏專科醫師謹慎評估及用藥。

● 如何正確使用鼻噴劑

正確使用鼻噴劑才能達到適當藥效。每次使用前，先將鼻子擤乾淨；確認蓋子蓋上的狀態下，將藥品充分搖勻，打開瓶蓋後，若為初次使用，需直立握著瓶身對空按壓數次直到均勻霧氣

噴出，才可使用；若 2~4 週以上未使用，亦需重新按壓。使用時，頭稍微前傾，以手按壓一側鼻孔，將噴頭放入另一側鼻孔中，適當位置為鼻腔口但不可深入鼻腔，鼻子緩緩吸氣時同時將藥品以朝同側耳朵上方的角度噴入鼻腔，移出噴嘴後再用口吐氣，接著換對側鼻孔重複以上動作。使用鼻噴劑後 15 分鐘內勿擤鼻涕以確保藥效，使用後以衛生紙擦拭噴頭，再將瓶蓋蓋回，並定期清潔噴頭。

類固醇鼻噴劑所噴出的粒子大小遠大於吸入性類固醇，因此不可同時治療氣喘；使用鼻噴劑時若有出現任何局部刺激、出血、疼痛或眼睛不適等症狀，應該立即停藥並盡速就醫。

過敏性鼻炎不是一個很嚴重的疾病，但症狀引起的不適及疲累所帶來的情緒、學習及社交問題卻大幅影響著患者的生活品質。針對過敏性鼻炎的藥物治療，鼻噴劑扮演著重要的角色，知道如何聰明使用鼻噴劑，搭配規律的生活作息及避免過敏原的暴露，控制好過敏性鼻炎再也不是難事。👁

