

過敏性(鼻炎、氣喘)衛教指導



治療與照護：

治療原則為給予適當藥物控制、預防併發症、注意生活照護和環境控制，避免過敏原等其他惡化因素的接觸。

1. 氣喘病是呼吸道經過敏原刺激後發生慢性發炎，引致呼吸道收縮、狹窄，故會有慢性咳嗽、呼吸費力及呼吸喘鳴音的症狀。
2. 過敏性鼻炎的藥物治療原則，早期用藥，一般來說，當過敏性鼻炎的症狀影響白天的工作、就學、或妨礙夜間睡眠，而引起生活上的不適時，就要開始治療，可使用類固醇鼻噴劑合併口服抗組織胺達到快速緩解症狀。
3. 居家環境的改善，可以降低過敏原的數量，減少對呼吸道的刺激，進而減少氣喘(咳嗽)鼻炎症狀之發生。
- 4 過敏原測試及減敏治療：若病人有反覆喘鳴發作或藥物治療仍不理想的病人，可經由過敏原測試，找出病童的過敏原，然後接受減敏治療(皮下注射)，可使身體產生抗體，是一種治療過敏性氣喘或鼻炎的有效療法。
5. 60%以上的氣喘病童，運動後可能發生咳嗽或氣喘發作，但每個氣喘病童都應有適當的運動，由兒童能控制自己呼吸狀況的有氧運動為主，例如游泳、騎腳踏車、慢跑等，應注意以下事項：
 - (1) 運動前需暖身及使用吸入劑藥物，可預防運動型氣喘之發作。
 - (2) 避免暴露在冷空氣中及食用冰冷飲料，以防氣管收縮導致氣喘。
 - (3) 運動過程中應減少張口呼吸及隨時補充水份。
6. 居家照護：
 - (1) 室溫 24-28 度，濕度 40-50%，適度使用電暖爐，避免溫差遽變
 - (2) 避免使用地氈、壁毯及棉質窗簾
 - (3) 勿使用填充傢俱或玩具

參考文獻：

蔣立琦(2018)·兒童呼吸系統疾病與護理·於黃美智總校閱·*兒科護理學*(6版·7-49~7-65)·
台北市：永大。

陳月枝、黃靜微、林元淑、張綠怡、蔡綠蓉等(2018)·兒童呼吸系統疾病及其護理·於陳月枝總校閱，實用兒科護理(八版，397-399頁)·台北市：華杏。

葉麗娟(2020)·兒童呼吸系統疾病與護理·於黃美智、蔣立琦總效閱，兒科護理學(最新修訂版)，7-49~7-65頁·台北市：永大。



寶建醫療
社團法人

寶建醫院
PAOCHIEN HOSPITAL

關心您

總機：08-7665995

院址：屏東市中山路123號

救護專線：08-7330290

網址：www.paochien.com.tw