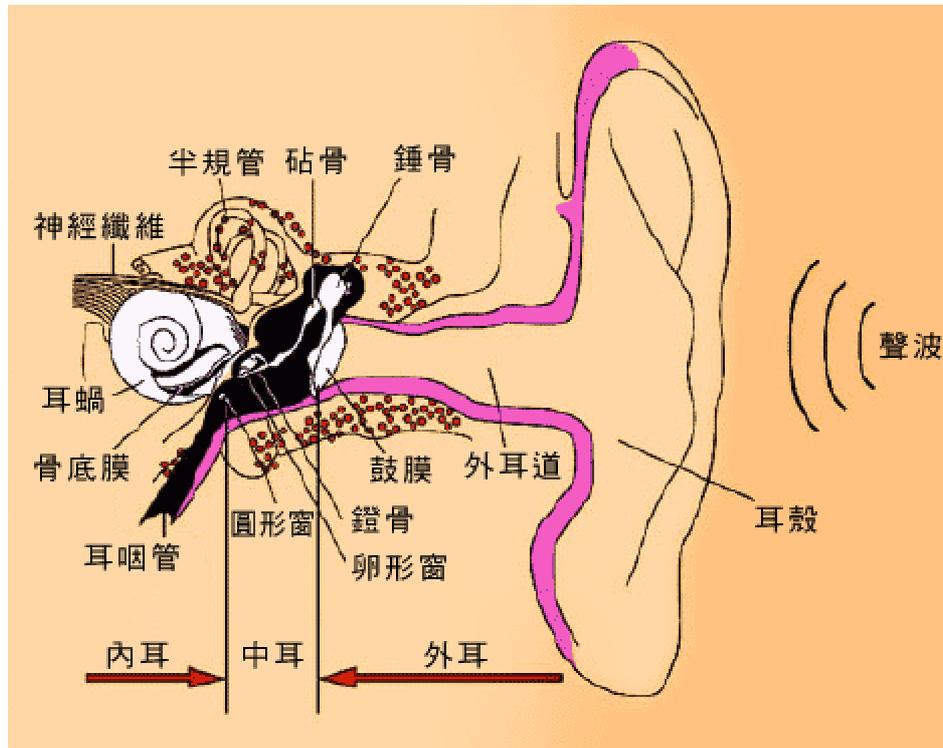


中耳炎的衛教指導

一、中耳的構造與功能



中耳的大小像豌豆，裡頭充滿空氣，與外耳道只隔著薄薄的一層鼓膜，鼓膜的內面連著三塊聽小骨。中耳的壓力必須與外在的壓力相同，才能夠傳遞聲音至腦部，而中耳壓力則是經由鼻子後方通到中耳的耳咽管(歐式管)來保持平衡，在吞嚥或打呵欠的時候耳咽管就會打開，讓空氣進入中耳平衡耳朵內的壓力。

二、中耳炎的原因

中耳炎指的就是中耳受到感染引起的發炎現象。一般可分為急性中耳炎、慢性中耳炎與積液性中耳炎。

急性中耳炎大多是因為鼻腔、咽喉處感染或受感冒、過敏影響，導致病原體經由耳咽管進入中耳腔引起發炎症狀。

三、中耳炎的症狀

1、急性中耳炎

嬰幼兒在半歲至六歲之間，抵抗力較差，容易交互感染上呼吸道疾病，引起急性中耳炎，屬高危險群。好發季節就是易罹患感冒的季節。

最常見的症狀為耳朵痛、發燒與煩躁不安。尤其嬰幼兒無法表達，通常會出現抓耳朵的動作，若伴隨躁動不安或是不明原因的發燒，就要考慮罹患急性中耳炎的可能性。

除了耳痛外，也會引起鼓膜紅腫與中耳積膿。多量的膿液無法從耳咽管排出，存留在中耳腔內，會造成鼓膜破裂，耳朵流膿。

2、積液性中耳炎

是指中耳腔反覆發炎，導致中耳腔內存有積液。一般而言，中耳炎在積極治療後，仍有部分患者中耳腔內還留有液體，尤其是反覆發生急性中耳炎的患者。另外，有鼻過敏史或是有上呼吸道阻塞等情形，引起積液性中耳炎的機率更大。

積液性中耳炎通常沒有較明顯的症狀，常被忽略延誤治療，值得注意的是因為中耳腔有液體，聲音傳導變差，聽起來較低沉像是被遮住耳朵一樣，會有輕至中度的聽力受損，缺乏適當治療，極易產生聽力受損的危險性。

3、慢性中耳炎

是指持續性的中耳腔發炎，使得完整的鼓膜破裂無法癒合。其中又可分成非膽脂瘤及膽脂瘤兩類。非膽脂瘤是指耳咽管和鼓室的黏膜發炎所致；膽脂瘤則是鼓室乳突竇病變為主。此外，鼓膜穿孔三個月未癒合則可視為慢性中耳炎。

主要症狀以耳朵流膿、聽力減退、鼓膜穿孔合併耳鳴現象，通常沒有耳痛情形。但是若合併有膽脂瘤，則會出現耳膿、耳臭甚至是耳痛。

四、中耳炎的治療方式

1、急性中耳炎

最主要的治療方式為口服抗生素，約服用七至十天。再根據發炎的症狀，給予減輕耳痛與退燒的藥物，有效緩解急性症狀。同時也可能服用抗組織胺與去充血劑，治療感冒或過敏症狀。

針對採用抗生素治療反應不佳的患者，或是出現併發症的急性中耳炎，則需考慮作鼓膜切開術的可能性。

2、積液性中耳炎

一般而言並呈持續在三個月內都採以較保守治療，主要還是口服抗生素，再視病況搭配抗組織胺與去充血劑。以十天為一個療程，視病況增加療程，若持續三個月以上無改善症狀且合併有聽力受損情形，必須考慮手術治療。

手術治療主要是改善受損的聽力，治療包括有鼓膜切開合併中耳通氣管植入、腺樣體切除。

3、非膽脂瘤慢性中耳炎

採用口服抗生素治療與耳滴劑的使用，若兩者無法改善控制耳漏與發炎症狀，且為了避免慢性中耳炎再復發，只能考慮手術治療。尤其合併出現迷路瘻管或顏面神經麻痺，須立即手術治療。

有效的治療方法為鼓膜成形術或鼓室成形術，可去除病灶，消除耳漏情形，同時修復鼓膜，改善受損的聽力。

4、膽脂瘤

因為是顛骨內增生的囊狀腫瘤，會產生進行性的炎症反應破壞周圍組

永川醫院

織，導致顏面神經麻痺、迷路瘻管、急慢性迷路炎、及性乳突炎等合併症，甚而危及生命，因此必須採用手術治療去除病變。

此手術的潛在風險，在於中耳腔內有一重要的顏面神經，視膽脂瘤的嚴重度、手術範圍影響，產生短暫或永久的顏面神經麻痺，評估併發症所造成的傷害，手術治療是必要的。

五、居家照護

1、預防方式

主要是以降低環境中的過敏原，增加洗手次數，可減少上呼吸道感染的發生機率，嬰幼兒更要特別注意奶瓶的清潔、縮短托顧時間，都能減少嬰幼兒發生急性中耳炎的可能。

2、術後返家照顧

針對**慢性中耳炎**手術後返家照顧，應遵守下列原則

- 洗頭時勿弄濕耳朵
- 三個月內禁止游泳
- 避免出入公共場所，降低呼吸道感染引發二次耳膜穿孔
- 觀察有無分泌物流出
- 禁止吸煙，減少血管收縮，勿用力擤鼻涕，降低耳內壓力
- 擤鼻涕時要一次一邊或是將鼻涕由口中吐出
- 禁用硬物挖耳朵，避免躁音或過大的聲響

放置**中耳通氣管**後，有哪些注意事項

- 鼓膜放置通氣管後並不影響日常生活作息
- 基本上可以游泳但是避免潛水，最好戴耳塞以免引起發炎感染
- 建議一年內至少追蹤二次，由其出現感冒症狀要特別檢查中耳狀況
- 如發覺有耳漏情形應儘速返診就醫
- 成人可利用吹氣動作與吞嚥動作，改善耳咽管的通暢情形；大一點的孩

永川醫院

童則改以單側鼻孔吹氣或是嚼口香糖，達到耳咽管的通氣。

3、耳滴劑的使用

使用前輕搖藥水瓶，使藥水均勻

→將頭傾斜兩側，讓患邊耳道朝上

→從外耳滴入藥水數滴，輕壓耳珠數次，維持頭傾姿勢十至十五分鐘讓藥水留置耳內，再將頭擺正

→擦拭流出的藥水即可，勿深入耳內。

(藥瓶放置在陰涼處即可，不需放置冰箱)

六、常見的問與答

1、洗頭的時候水跑進耳朵會造成中耳積水嗎？

中耳腔與外耳道之間相隔一層鼓膜；一般而言，游泳、洗澡或是洗頭水跑進去耳朵並不會因此造成積液性中耳炎。

2、積液性中耳炎的好發者？

通常好發六歲以下的孩童，主要原因在於耳咽管較水平又短，容易感急性中耳炎。尤其有鼻竇炎、腺樣體肥大者以及過敏性鼻炎的孩童，產生積液性中耳炎的機率也較高。

3、什麼是(鼓膜)裝管子？

指的是在鼓膜植入中耳通氣管。適用於中耳積液持續發生三個月以上或是顯著地聽力障礙，醫師大多會考慮建議施行中耳通氣管植入術，就是將鼓膜劃一小切口，放入鈕扣般大小的通氣管在切口處，引流出中耳的積液，約莫六個月至一年時間，通氣管會自動脫落至外耳道，所以術後須定期追蹤檢查。

4、放置中耳通氣管的優點？

永川醫院

達到治療中耳炎的目的，也有預防中耳炎的效果，更能降低併發症的發生，植入通氣管後，聽力受損的問題也會改善。