

農民十大死亡疾病

扁桃腺炎的預防及治療

台北市衛生局家計中心／任宜蓀

扁桃腺發炎大部分是由病毒感染引起，應儘速就醫並完全治好，以免轉變成慢性扁桃腺炎，十分麻煩。

一 般人在扁桃腺發炎或喉嚨痛時，常忽視不管，甚至亂服成藥。其實扁桃腺發炎時，最好馬上請醫師治到完全好為止。因為急性扁桃腺炎若不完全治好，會轉變成慢性扁桃腺炎，使得當身體抵抗力弱或氣候突然變化時，病毒就很容易侵入上呼吸道，導致急性扁桃腺炎的增惡。

一般而言，扁桃腺是由病毒引起的發炎，只有少於2%的病患是A族及B族型鏈球菌感染所引起。其次為細菌感染，主要菌種是金黃色葡萄球菌、流行性感冒桿菌和溶血性鏈球菌。

扁桃腺炎症狀

大家也許都有得過扁桃腺炎的經驗，也了解到其症狀大致為喉嚨痛、吞嚥時疼痛、發燒、惡寒、食慾不振、全身肌肉酸痛，或有倦怠感、流鼻涕、咳嗽等，若經由局部的檢查，則可見扁桃腺和咽頭粘膜呈紅色、充血和浮腫的現象；若是細菌感染，則扁桃腺有膿樣滲出液、或膿栓在隱窩開口部及頸部淋巴結腫脹疼痛等。

如果急性扁桃腺炎沒有治療完全的話，很可能轉變成慢性扁桃腺炎。有些人容易患扁桃腺炎，一年內有4次以上急性扁桃腺炎或習慣

性扁桃腺炎，常見於小孩；當轉變成慢性扁桃腺炎時，一旦身體抵抗力稍減或氣候突然變化，則病菌容易侵入，而造成上呼吸道炎，此時便會造成扁桃腺炎的急性增惡。

休息與治療

急性扁桃腺炎的治療，不外乎臥床休息、藥物治療和局部治療等。

1. 臥床休養：充分安靜的休息，可預防併發病的發生，即使發燒，在退燒之後，還是要在家臥床休息2~3天。

2. 藥物治療：如果是濾過性病毒所引起，只要服用鎮痛解熱劑和症狀療法即可。若是細菌感染，則必須加給抗生素外可用2%的硼酸水或2%的小蘇打水嗽口，可有效洗淨扁桃腺表面的細菌，保持口腔內的清潔。

3. 局部治療：在扁桃腺表面和隱窩內的膿樣分泌物或膿栓吸除後，噴霧或塗抹消炎劑和腎上腺素於扁桃腺及咽喉。

如果是患有慢性扁桃腺炎者，其治療方式則可用2%之硼酸水、小蘇打水或其他嗽口水來嗽口，吸去膿栓以預防急性扁桃腺炎發作。通常治療1~2個月後，待症狀好轉就可停止治療。

但是若由鏈球菌引起的扁桃腺炎，則需以青黴素或紅黴素持續治療10天，以預防風濕熱的發生，因為受鏈球菌感染的患者，有3%會產生風濕熱，並可能發生風濕性心臟病的後遺症。

對已發生風濕熱或已有輕微風濕性心臟病的患者則需用盤尼西林來預防，每隔3~4週注射一針，使病情不致於更惡化，這種預防注射可能要持續到成年甚至一輩子。

何時要手術？

如果扁桃腺過於肥大，會影響呼吸、睡眠及吞嚥功能。另若經常性化膿性扁桃腺炎，且每次發作均伴隨發冷、發熱等症狀，給予藥物治療也要4~5天才會好轉；若每個月或每2~3個月就會發作一次，這種情形適合切除。當然在做切除之前醫師會詢問病史，並仔細觀察，確定患的是扁桃腺而非瀰漫性咽炎。由於扁桃腺切除術是一項可以從容選擇時間的手術，若有下列情況下不可行手術：①有任何急性感染存在時。②有結核病的活動期。③脊髓灰白質炎的流行期間。假如患有白血球、紫癥症、再生不良性貧血或血友病，則千萬不可施行扁桃腺切除術及增殖腺的刮除術。

肥大伴有慢性感染，是建議切除扁桃腺和增殖腺（位於鼻部，是後鼻孔通喉嚨必經之地，也是歐氏管門口所在地。故經常的增殖腺炎、腫脹、肥大，常會引起鼻塞、鼻子慢性發炎、慢性鼻竇炎，所以鼻子會不通、說話帶鼻音。）常見的理由，事實上手術過程約20~30分鐘，臉外部不留切割縫合痕跡，手術後也少發生嚴重併發症，不會影響說話、吞嚥、免疫及呼吸功能。

手術後應注意事項

1. 當您離開醫院之後，嚴重出血的危險顯然已經過去，約有2%的人在5~6天後會有點小出血。如果這事發生在您身上，請不必擔心，因為這種流血通常很輕，保持平靜的躺下來，並輕輕的把血吐出，以冰水輕輕地嗽喉之後繼續保持安靜；如果還是流血沒停，應速返醫院檢查。

2. 手術後數天內避免喝柳橙汁、葡萄汁和蕃茄汁，因為它們會引起喉嚨灼痛，雖然對身體無害，但它會令您不舒服。

3. 扁桃腺切割之處將形成二塊白斑，假如您在鏡中看到它們，不要驚慌！它們是完全是正常的，正如身體

外面的痂皮一樣，大部份人在手術後幾天內耳朵裡會有點痛，但這並不表示耳朵有感染。

手術後出血的預防是從手術前開始，假如病人患有上呼吸道感染時，不可手術，則術後出血的可能性將會減少。

遲發性出血—延遲性出血，通常發生的時間是在手術第5~10天，這時的出血是由於扁桃腺及增殖腺切除處所形成的白痂過早剝離所致。可能為復發性感染所引起，也可能因為術後過早進食粗糙食物而發生。一般遲發性出血很少發生危險，除非是過於疏忽，那時就可能致命了。

有時候，扁桃腺和增殖腺的大小也和人種、家族、環境有關，所以沒有症狀的扁桃腺或增殖腺腫大，可能只是代表人體免疫系統對外界刺激的一種反應，並不是一種病症，當然不一定要做特別的處理。在1930年代的早期，扁桃腺與增殖腺的切除是常見的外科手術，約佔所有已完成手術之35%，孩童常在4歲以前被切除扁桃腺與增殖腺；現在雖然人口增加，外科工具及技術改進，但今日的扁桃腺與增殖腺切除卻比1930年代做的少，這是一種健康的趨勢。✿