

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康

急性咽喉炎之衛教

一、何謂急性咽喉炎？

急性咽喉炎是咽喉黏膜、黏膜下組織和淋巴組織的急性炎症，一般是由病毒(佔 70%)或細菌(佔 30%)引起，通常 4—6 天內會自然痊癒。

二、急性咽喉炎之病因：

急性咽喉炎好發於冬季和春季，具有傳染性，傳染方式包含飛沫傳染及接觸傳染。多因咽部受到刺激所引起，如喝酒、抽煙、灰塵過多、經常接觸高溫粉塵、慢性咳嗽、發聲過度或使用不當及受涼、過度疲勞、營養不良，全身及局部抵抗力下降等。

三、急性咽喉炎之症狀

發燒、喉嚨痛、乾咳、喉嚨發紅情形、有時會有吞嚥困難、倦怠、食慾不振等症狀，濾泡型咽炎則可能有耳痛、頭痛、頸淋巴腺腫大等現象。

四、合併症：

若急性咽喉炎長期未治癒，病毒下行感染會造成以下之合併症：

1. 喉嚨發炎
2. 支氣管炎或細支氣管炎
3. 肺炎

應儘早治療及預防感染，避免合併症發生。

五、急性咽喉炎之衛生指導：

1. 臥床休息，避免到公共場所，如無法避免，則需戴口罩。
2. 進食流質或軟質食物，少量多餐，盡量選擇病人喜愛的食物。
3. 禁菸酒，避免過熱及粗糙或辛辣食物。
4. 若無特殊禁忌一天攝取 2000-3000 c c 的水分。
5. 用溫食鹽水作深部口腔漱口，保持口腔清潔及維持濕潤。
6. 依醫囑服用藥物。
7. 避免吸入粉塵、煙霧及刺激性氣體。