

小兒中耳炎的護理指導

一、定義：

中耳炎指的是中耳腔受到細菌或病毒感染的發炎反應。中耳炎是造成病童聽力損失最常見的原因，但卻常受到忽略。

中耳炎可以只發生在一側耳朵，也可以同時在兩側耳朵發生。雖然中耳炎較常發生於兒童，偶而也會發生於成人。在季節交換時，中耳炎病例增多，與感冒的流行有明顯的相關。

二、致病原因：

大部分病童先產生上呼吸道感染，包括鼻部、鼻咽、耳咽管及中耳的呼吸道黏膜充血水腫，接者耳咽管因水腫腫脹而阻塞。若原本於鼻咽的潛在致病性細菌進入耳咽管及中耳，就可能產生細菌感染的急性化膿中耳炎。

三、高危險群：

1. 小兒急性中耳炎好發於六個月至三歲的嬰幼兒，因其耳咽管較成人的短、寬且直，致病菌或異物易進入耳朵。
2. 由於中耳炎是感冒常見的合併症，因此盛行季節與急性呼吸道感染的期間相當，以冬季及春季的早期病例較多。
3. 出生體重過輕、兄弟姊妹中有人罹患、過敏患者、顎裂或其他顏顱面先天畸形、年齡越小者越易復發。
4. 喝牛奶的嬰幼兒經常在餵食時維持平躺的姿勢，會使牛奶留在咽頭的時間增加，易增加牛奶流入中耳造成感染。
5. 上呼吸道感染所引起的中耳炎也很常見，在居家環境擁擠或感冒盛行時，患病率會增加。
6. 多次反覆發生中耳炎時，導致耳膜無法癒合，細菌入侵中耳，產生發炎、流膿。

四、臨床症狀：

小兒中耳炎最初的症狀和感冒很相似，常會有高燒不退的情形，偶而有輕微頭昏、噁心、嘔吐、食慾不振，及突發性耳痛及耳朵有壓力和閉塞的感覺，較小的兒童不會說耳朵痛，但會用手去碰觸病耳，或以哭鬧、躁動不安、夜啼等方式表達。嚴重時，有膿由耳朵流出。

五、臨床治療：

一般抗生素使用以7-10 天為宜。但因抗藥菌種不斷的增加，因此使用抗生素必須審慎。另外亦會搭配減輕耳痛和退燒的藥物，還可使用去充血劑和抗組織胺以便同時治療感冒和過敏的症狀。大部分的中耳炎經由適當的藥物治

療都會改善，但某些部分病例可能會建議進一步的處置，如鼓膜切開術。

六、急性期注意事項：

1. 有耳內分泌物時，鼓勵家屬予臥向患側，以利耳內分泌物引流。
2. 需隨時監測體溫(若量耳溫勿測量患耳)，有發燒的情形時，適時的給予發燒的護理，如：冰枕使用及退燒藥的給予。
3. 衛教家屬補充足夠的水份，以預防脫水現象產生。
4. 抗生素必須依醫囑持續的服用十至十四天，以避免中耳炎復發及抗藥性的產生。
5. 應避免淋浴或洗頭的污水進入耳內。

七、居家護理：

1. 避免病童捏鼻子打噴嚏，勿用力擤鼻涕或倒吸鼻涕。
2. 教導病童運用灌氣的方法：閉氣用力使氣體通向耳朵；擤鼻涕、咳嗽勿用力預防再復發。
3. 避免熱食及激烈運動、避免咀嚼較硬食物，可採軟流質食物。
4. 餵食兒童時，盡量採取直立或半坐臥，以避免牛奶流入中耳造成中耳發炎。
5. 感冒行季節，避免出入公共場所。
6. 伐爾沙瓦氏操作法：閉嘴捏鼻，用力灌氣使氣體通向耳咽管。年齡較小的兒童，可以遊戲方式，鼓勵其吹氣球或吹泡泡，以預防中耳炎的發生及保健方法。
7. 平日盡量避免環境中的感染源及過敏原，如：香菸。
8. 依照醫師一囑按時服藥，不可任意停藥。
9. 勿平躺喝奶，如發生嗆奶時，導致牛奶由口鼻流至歐氏管，造成中耳炎。

八、如何預防中耳炎：

曾經發生過中耳炎的小孩，復發的機率很大；因此這類小孩要避免感冒，一旦得到感染便應找醫師檢查耳朵，儘早預防或治療中耳炎。

國軍左營總醫院 護理部 關心您的健康

如有疑問請撥 (07) 5817121 轉分機 2366